

Université de Montréal

**Évaluation formative d'un projet «Chef Santé»
dans deux communautés cries de la Baie James :
Eastmain et Mistissini**

Karoline Gaudot
Département de Nutrition
Faculté de Médecine

Mémoire présenté à la Faculté des Études Supérieures
pour l'obtention du grade de
Maître ès Sciences [M.Sc.] en Nutrition

Août 2003

© Karoline Gaudot, 2003



QU

145

U58

2004

V.017

AVIS

L'auteur a autorisé l'Université de Montréal à reproduire et diffuser, en totalité ou en partie, par quelque moyen que ce soit et sur quelque support que ce soit, et exclusivement à des fins non lucratives d'enseignement et de recherche, des copies de ce mémoire ou de cette thèse.

L'auteur et les coauteurs le cas échéant conservent la propriété du droit d'auteur et des droits moraux qui protègent ce document. Ni la thèse ou le mémoire, ni des extraits substantiels de ce document, ne doivent être imprimés ou autrement reproduits sans l'autorisation de l'auteur.

Afin de se conformer à la Loi canadienne sur la protection des renseignements personnels, quelques formulaires secondaires, coordonnées ou signatures intégrées au texte ont pu être enlevés de ce document. Bien que cela ait pu affecter la pagination, il n'y a aucun contenu manquant.

NOTICE

The author of this thesis or dissertation has granted a nonexclusive license allowing Université de Montréal to reproduce and publish the document, in part or in whole, and in any format, solely for noncommercial educational and research purposes.

The author and co-authors if applicable retain copyright ownership and moral rights in this document. Neither the whole thesis or dissertation, nor substantial extracts from it, may be printed or otherwise reproduced without the author's permission.

In compliance with the Canadian Privacy Act some supporting forms, contact information or signatures may have been removed from the document. While this may affect the document page count, it does not represent any loss of content from the document.

Université de Montréal
Faculté des Études Supérieures

Ce mémoire intitulé

Évaluation formative d'un projet «Chef Santé»
dans deux communautés cries de la Baie James :
Eastmain et Mistissini

Présenté par
Karoline Gaudot

A été évalué par un jury composé des personnes suivantes

Irene Strychar
(Président rapporteur)

Olivier Receveur
(Directeur de recherche)

Bernard Roy
(Membre du jury)

RÉSUMÉ

Le but de cette évaluation formative est de documenter une intervention participative qui vise à motiver et accroître la susceptibilité des populations autochtones à cuisiner de façon adéquate les produits commercialisés dans les communautés. À cette documentation se greffe une évaluation qualitative des forces et faiblesses d'un tel format d'éducation nutritionnelle. Pour se faire, des questionnaires semi structurés ont été élaborés et administrés au cours d'entrevues avec les participants, le personnel des restaurants, les décideurs et les intervenants. Les données recueillies ont progressivement été conceptualisées en s'appuyant d'une analyse par théorisation ancrée.

Les résultats de l'évaluation confirment un intérêt accru vis-à-vis d'un format d'activité qui soit participatif visant l'apprentissage soutenu des habiletés culinaires propres à l'utilisation adéquate des produits commercialisés.

L'originalité de cette évaluation repose sur l'examen attentif des interrelations entre les diverses dimensions d'analyse de façon à renouveler le regard sur l'intervention. Cette étude devrait servir à informer le développement d'activités futures et promouvoir l'utilisation d'évaluations formatives dans la planification de programmes communautaires novateurs. Ce mémoire interdisciplinaire tant basé sur la science de la nutrition que sur la santé publique, explore l'univers de la subjectivité humaine par une analyse de perceptions imagées: la force d'une complicité entre l'expertise culinaire d'un chef et la connaissance nutritionnelle d'une diététiste ; la richesse d'une implication multidisciplinaire dans l'élaboration d'un format d'activité culturellement cohérent et inspiré des opportunités organisationnelles et environnementales et du potentiel individuel ; et enfin, l'importance d'une participation communautaire exclusivement assurée par les seuls experts de la communauté.

Mots clés : recherche participative, éducation nutritionnelle, processus d'apprentissage, motivation

ABSTRACT

The goal of this formative evaluation is to document a participative intervention aimed at motivating and increasing the aboriginal population's ability to prepare healthy meals with products that are commercially available in the communities. A qualitative evaluation of the strengths and weaknesses of such a nutritional education is included in this documentation. To do this, semi structured questionnaires were developed and administrated during interviews with participants, restaurants' staff, leaders and intervenants. The data collected were analysed according to grounded theory.

Results of the evaluation confirm an increased interest with respect to a participative design of activity for ongoing training in culinary skills to make proper use of market products.

The originality of this evaluation lies in its careful observation of the interrelations between the various analytical dimensions in order to provide a fresh outlook on the intervention. This study should be used to assist the development of future activities and promote the use of formative evaluation within community-based programs. This interdisciplinary thesis, based on nutritional science as well as public health, explores the universe of human subjectivity through a thorough analysis of perceptual imagery: the synergy of combining a culinary chef's expertise and a nutritional dietitian's knowledge; the richness of a multidisciplinary approach for developing culturally consistent activities, inspired by organizational and environmental possibilities, as well as individual potential; and finally, the importance of the community experts participation.

Key words: participatory research, nutritional education, learning process, motivation

REMERCIEMENTS

Mes plus grands remerciements reviennent au Dr Olivier Receveur, professeur à l'Université de Montréal, pour m'avoir donné l'occasion de faire partie de l'équipe du Projet «Chef Santé», ainsi que pour avoir supervisé cette recherche. Sa grande disponibilité, sa patience, son regard expert, son souci du détail ainsi que son encouragement ont entretenu ma motivation tout au long de ce travail. Que ce mémoire soit le modeste témoignage de mon estime et de mon admiration.

Je remercie vivement chacun des participants des deux communautés cibles pour avoir sincèrement collaboré dans le processus d'évaluation de l'intervention.

Je tiens également à exprimer mon admiration face à la qualité d'adaptation des deux chefs Hop Lam Dao et Jimmy O'Brien, aux exigences contextuelles et à l'expression d'un talent culinaire irréprochable malgré des divergences culturelles.

Je profite de l'occasion pour souligner le travail considérable des experts en coulisse à qui l'on doit la crédibilité matérielle des activités, Lorraine Paquette et Mimi Latreille, diététistes du bureau de santé publique, Montréal Centre.

Je tiens particulièrement à remercier Dr Jill Torrie pour sa persévérance à l'égard des soucis logistiques qui auraient pu compromettre le déroulement des interventions. Nous lui devons, sans aucun doute, la survie du projet.

Trouvez ici l'expression de ma profonde gratitude.

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|--|--------|
| RÉSUMÉ..... | iii |
| ABSTRACT..... | iv |
| REMERCIEMENTS..... | v |
| TABLE DES MATIÈRES..... | vi |
| LISTE DES TABLEAUX..... | ix |
| LISTE DES FIGURES..... | x |
| LISTE DES ANNEXES..... | xi |
| INTRODUCTION | 12 |
| REVUE DE LA LITTÉRATURE | 16 |
| 1 Approche éducationnelle participative et modèle écologique en promotion de la santé .. | 16 |
| 2 Programmes d'éducation nutritionnelle en milieu communautaire..... | 20 |
| 2.1 <i>Implication des facteurs psychosociaux dans le choix alimentaire</i> | 20 |
| 2.2 <i>Influence des ressources environnementales sur l'alimentation</i> | 22 |
| 3 Stratégies d'évaluation en promotion de la santé | 25 |
| 3.1 <i>Spécificité des stratégies d'évaluation de programme</i> | 25 |
| 3.1.1 Évaluation de l'impact d'un programme..... | 25 |
| 3.1.2 Évaluation de la progression d'un programme | 26 |
| 3.1.3 Évaluation des besoins de la communauté..... | 26 |
| 3.2 <i>Vers un courant écologique des évaluations</i> | 27 |
| 3.2.1 Action émancipatrice de l'évaluation | 27 |
| 3.2.2 Évaluation formative | 28 |
| 3.3 <i>Méthodes d'évaluation qualitative</i> | 30 |
| 3.3.1 Collecte des données..... | 30 |
| 3.3.2 Analyse qualitative | 33 |
| CADRE CONCEPTUEL ET QUESTIONS DE RECHERCHE..... | 36 |

| | |
|---|-----------|
| MÉTHODES | 44 |
| 1 Présentation de l'intervention et des divers groupes d'acteurs | 44 |
| 1.1 <i>Intervention</i> | 44 |
| 1.2 <i>Groupes d'acteurs</i> | 49 |
| 1.2.1 Les décideurs..... | 49 |
| 1.2.2 Les intervenants..... | 49 |
| 1.2.3 Les participants | 51 |
| 1.2.4 Les services de consommation..... | 51 |
| 2 Méthodologie d'évaluation | 52 |
| 2.1 <i>Observation en situation</i> | 54 |
| 2.2 <i>Questionnaires</i> | 55 |
| 2.3 <i>Autres méthodes de collecte des données</i> | 58 |
| 3 Analyse qualitative des données..... | 59 |
| 3.1 <i>Fréquences</i> | 59 |
| 3.2 <i>Analyse du contenu</i> | 59 |
| 4 Considération éthique | 62 |
| RÉSULTATS | 63 |
| 1 Identification des facteurs d'influence dans le processus de participation..... | 63 |
| 1.1 <i>Degré de satisfaction face au format interventionnel</i> | 63 |
| 1.2 <i>Facteurs potentiels de motivation à la participation</i> | 68 |
| 2 Application du processus d'analyse selon la théorisation ancrée | 70 |
| 2.1 <i>Thématisation du corpus de base</i> | 70 |
| 2.2 <i>Conceptualisation des phénomènes</i> | 83 |
| 2.2.1 Concept I : L'enseignement..... | 84 |
| 2.2.2 Concept III : La motivation..... | 87 |
| 2.3 <i>Mise en relation et intégration des catégories</i> | 89 |
| 2.4 <i>Modélisation du phénomène</i> | 92 |
| 2.5 <i>Théorisation du phénomène</i> | 93 |

| | |
|--|------------|
| DISCUSSION | 95 |
| 1 Appropriation des résultats de l'évaluation | 95 |
| 1.1 <i>Processus de stimulation de l'intérêt à cuisiner</i> | 95 |
| 1.2 <i>Susceptibilité à informer un projet communautaire</i> | 99 |
| 1.2.1 Pertinence des résultats de la recherche | 99 |
| 1.2.2 Appropriation des résultats de l'évaluation | 103 |
| 1.2.3 Efficacité d'une évaluation formative | 107 |
| 2 Limites de l'étude..... | 109 |
| 2.1 <i>Nombre de participants</i> | 109 |
| 2.2 <i>Barrière linguistique</i> | 110 |
| 2.3 <i>Conduite des entrevues et rôle de l'évaluateur</i> | 111 |
| 2.4 <i>Aspect subjectif de l'analyse</i> | 112 |
| 3 Conclusion | 112 |
| BIBLIOGRAPHIE | 115 |
| ABSTRACT..... | 123 |

LISTE DES TABLEAUX

| | | |
|-----------|---|----|
| TABLEAU 1 | Développement des activités selon l'intérêt des groupes d'individus | 45 |
| TABLEAU 2 | Calendrier des activités dans le cadre du projet «Chef Santé» | 48 |
| TABLEAU 3 | Choix des méthodes de collecte selon le type d'information visé | 54 |
| TABLEAU 4 | Plan du questionnaire d'évaluation du format interventionnel | 56 |
| TABLEAU 5 | Rôle et effectif des différents acteurs de l'évaluation | 58 |
| TABLEAU 6 | Facteurs potentiels de motivation à la participation | 69 |

LISTE DES TABLEAUX

| | | |
|-----------|---|----|
| TABLEAU 1 | Développement des activités selon l'intérêt des groupes d'individus | 45 |
| TABLEAU 2 | Calendrier des activités dans le cadre du projet «Chef Santé» | 48 |
| TABLEAU 3 | Choix des méthodes de collecte selon le type d'information visé | 54 |
| TABLEAU 4 | Plan du questionnaire d'évaluation du format interventionnel | 56 |
| TABLEAU 5 | Rôle et effectif des différents acteurs de l'évaluation | 58 |
| TABLEAU 6 | Facteurs potentiels de motivation à la participation | 69 |

LISTE DES FIGURES

| | | |
|----------|---|----|
| FIGURE 1 | Cadre conceptuel dans la stimulation de l'intérêt à cuisiner santé | 39 |
| FIGURE 2 | Processus d'application de l'approche participative comme stratégie d'évaluation | 40 |
| FIGURE 3 | Modèle de l'évaluation participative | 43 |
| FIGURE 4 | Relation entre les objectifs du projet et les objectifs de l'évaluation | 53 |
| FIGURE 5 | Mesure comparée du degré de satisfaction des divers groupes d'acteurs en regard des composantes du format interventionnel | 65 |
| FIGURE 6 | Organisation des facteurs potentiels de motivation à la participation | 69 |
| FIGURE 7 | Schématisation du processus de transmission d'un intérêt à cuisiner | 91 |

LISTE DES ANNEXES

| | | |
|-------------------|--|------------------------|
| ANNEXE I | Instrumentation de support à l'évaluation | I₁ |
| | Échantillons du manuel de recettes | I ₂ |
| | Échelle de satisfaction | I ₄ |
| | Calendrier d'appropriation des recettes du manuel | I ₄ |
| | Approbation du protocole de recherche par le Comité d'Étique | I ₅ |
| ANNEXE II | Matériel de l'évaluation formative | II₁ |
| | Questionnaire des participants | II ₂ |
| | Questionnaire des restaurants | II ₅ |
| | Questionnaire des intervenants | II ₈ |
| ANNEXE III | Processus d'application de la théorisation ancrée | III₁ |
| | Thématisation du corpus des participants | III ₂ |
| | Thématisation du corpus des restaurants | III ₇ |
| | Thématisation du corpus des décideurs | III ₁₂ |
| | Thématisation du corpus des intervenants | III ₁₅ |
| | Plan de conceptualisation du phénomène à l'étude | III ₂₀ |

CHAPITRE I

INTRODUCTION

La majorité des maladies chroniques présente une étiologie multifactorielle mettant en cause des facteurs biologiques non modifiables mais aussi des facteurs environnementaux et comportementaux qui sont potentiellement modifiables. Quelques habitudes de vie en constituent à elles seules la majeure partie des facteurs de risque - tabagisme, alcool, sédentarité et alimentation. La capacité de les modifier par des activités de promotion et de prévention offre la possibilité de gains importants en nombre d'années et en qualité de vie de la population (Lalonde 2002).

La culture a été identifiée comme un facteur déterminant de l'état de santé d'une société parce qu'elle influence fortement ses valeurs, ses croyances, ses attitudes et ses comportements (Dufresne *et al.* 1985). Ce phénomène est d'autant plus marqué si la population traverse une période d'acculturation, c'est à dire un changement rapide de mode de vie résultant d'un contact direct entre deux groupes culturels distincts (Berry 1990). Plus fréquemment, l'acculturation se fait par assimilation et implique l'existence d'un groupe dominant - par sa démographie, son degré d'évolution technologique ou simplement en vertu du rapport de force politique - auquel le groupe dominé emprunte les modèles culturels (Balandier 1988). Cette adoption de la culture dominante est généralement progressive et ne va pas sans engendrer des phénomènes de résistance ou des rejets partiels.

Le portrait de l'état de santé des Cris de la Baie James, tracé par l'enquête Santé Québec en 1991 (Daveluy *et al.* 1994), montre une prévalence élevée des problèmes de santé d'origine nutritionnelle remettant sérieusement en cause les pratiques alimentaires. Selon l'étude, 38% des

hommes et 57% des femmes cris présentaient une surcharge pondérale avec un IMC ¹ > 30. Ces chiffres sont alarmants d'autant plus que la tendance se reflète au niveau de la jeune génération, touchant 33% des moins de 18 ans en 1991. Parallèlement à une transition de la consommation des aliments traditionnels vers les aliments du supermarché, la progression du diabète s'est vue tripler en moins de 15 ans avec presque 14% de la population atteinte en 1998. Le diabète de type 2 est devenu un sérieux problème de santé publique dans les communautés amérindiennes du Canada (Daniel *et al.* 1995). La pathologie est chronique, invalidante et onéreuse. Elle est responsable de sévères complications vasculaires pour lesquelles le taux d'apparition est plus important dans les populations autochtones que non autochtones. Le risque de mort encouru suite au diabète est deux fois plus élevé chez les hommes et quatre fois plus chez les femmes autochtones par rapport à la population générale du Canada (Mao *et al.* 1986).

Les études consentent à justifier un développement soudain de la maladie suite à la confrontation subite de ces populations non adaptées à un mode de vie occidental. Le renversement du profil morphologique des populations autochtones coïncide avec l'intrusion d'aliments attrayants inhabituellement disponibles, qui serait directement responsable d'un bouleversement des pratiques alimentaires originelles. Les régions les plus exposées semblent être parallèlement les plus urbanisées et accessibles à l'importation de nouveaux produits (Delisle *et al.* 1993). L'idée que l'occidentalisation et le stress d'un changement environnemental rapide puisse accentuer le risque de développer un diabète est supportée par plusieurs études écologiques sur des peuples immigrants originellement étrangers à la maladie (Dowse *et al.* 1990). L'environnement peut alors puissamment prédire de nouveaux comportements dans les populations (Glanz *et al.* 1988, National Cholesterol Education Program 1994).

Une réévaluation des données de l'enquête Santé Québec a permis de comprendre le rôle des styles alimentaires dans la progression dramatique de l'obésité chez les Cris (Receveur *et al.* 2003). Les résultats dénoncent une consommation trop élevée en matières grasses plutôt qu'une alimentation globale excessive, soulignant qu'une diminution même minime de cet apport, soit de 95 kcal par jour, pourrait entraîner une réduction significative de la surcharge pondérale dans ces communautés. Par conséquence, les auteurs suggèrent qu'un programme de santé publique qui viserait une restriction modeste des apports en gras - en limitant notamment la consommation de saindoux - serait très susceptible d'entraîner un déclin dans la prévalence de l'obésité et donc du diabète.

¹ Indice de Masse Corporelle : IMC = poids en kg / taille en m²

Les approches traditionnelles de prévention ont généralement mis l'accent sur la réduction des comportements à risque sans véritablement proposer de changements dans l'environnement social des individus. Les échecs de l'éducation de la santé dans les communautés autochtones reflètent des attentes irréalistes envers les changements comportementaux, en faisant abstraction aux comportements immuables du contexte social (Special working group, Gray-Donald *et al.* 2000). Face à des recherches développées exclusivement par des chercheurs non autochtones, les communautés amérindiennes restent extrêmement méfiantes et appuient difficilement de telles investigations culturellement inconsistantes. Des interventions basées sur la communauté, qui cibleraient prioritairement des changements au niveau des normes sociales et des structures organisationnelles, sont nécessaires pour supporter les changements comportementaux escomptés (Green *et al.* 1991). De telles initiatives seront plus efficaces si les membres de la communauté sont impliqués dans la planification et les processus interventionnels (Green *et al.* 1996).

Même si les changements au niveau des politiques sont difficiles et longs à atteindre, une investigation chez les commerçants semble nécessaire pour faciliter l'accès à des aliments meilleurs pour la santé (Glanz *et al.* 1995, 1997). Lorsqu'ils sont disponibles dans ces communautés reculées, les produits sains sont rarement sélectionnés, soit parce que les gens ne savent pas comment les apprêter, soit parce qu'ils n'y attachent aucun intérêt gustatif ou traditionnel. Depuis son apparition dans les services de consommations, le «prêt-à-manger» est toujours aussi populaire (Bériault 1992). Bien que cette situation environnementale soit néfaste et contraire aux pratiques traditionnelles de la population crie, différentes motivations poussent à l'utilisation de ces produits alimentaires. D'après les femmes crie, l'attrait pour les plats précuisinés reflète le gain de temps et la facilité de préparation (Daveluy *et al.* 1994). Ces produits achetés au supermarché servent souvent de compléments voire de substituts aux aliments traditionnels; certains sont pourtant riches en énergie et de faible densité nutritive comparativement aux aliments traditionnels, notamment le saindoux qui semble incontournable à la préparation culinaire.

Malgré une proportion non négligeable de Crie enthousiaste à l'idée d'améliorer leur alimentation, une part marginale de professionnels reste sceptique quant à l'acceptation d'aliments plus sains par les communautés et, se préoccupant principalement des intérêts financiers impliqués, hésitent à promouvoir un éventail de choix plus large dans les services alimentaires.

De plus, bien que les gens soient conscients du fait que certains produits soient meilleurs pour la santé, tous n'ont pas forcément les moyens, ni l'intérêt à les utiliser. L'idée d'encourager

les dirigeants à planifier des activités vouées à enrichir les habiletés des participants semble opportune pour stimuler cet intérêt dans la mesure où le format se plie aux préoccupations sociales et culturelles des membres des communautés.

Basé sur une approche d'éducation nutritionnelle, le programme d'intervention sur lequel se greffe cette évaluation formative vise l'objectif ultime d'améliorer l'utilisation des produits importés dans les communautés de la Baie James. Plus précisément, il veut sensibiliser et mobiliser les membres de deux communautés crie, Eastmain et Mistissini, à la possibilité d'apprécier des produits dont la teneur en gras est diminuée (moins de 20% de matières grasses) et ce, à travers diverses activités qui leur donneraient les outils suffisants pour stimuler leur intérêt à les cuisiner. L'idée sous-entendue par ce projet est de modeler un format d'enseignement localement cohérent et de rendre attrayante une meilleure utilisation des aliments, de façon à ce que les participants aient la volonté de poursuivre et d'approfondir cette expérience culinaire dans une perspective de bien-être familial et communautaire.

La présente étude entreprend l'évaluation formative de ce projet d'intervention «chef santé» afin de : 1) estimer dans quelle mesure cette modeste intervention est capable de stimuler l'intérêt des membres des communautés crie à préparer les aliments importés de manière plus adéquate en vue de diminuer l'apport moyen en gras de la population étudiée et 2) présenter une réflexion sur l'intérêt d'engager une évaluation formative dans le déroulement d'un tel projet.

CHAPITRE II

REVUE DE LA LITTÉRATURE

1 APPROCHE ÉDUCATIONNELLE PARTICIPATIVE ET MODÈLE ÉCOLOGIQUE EN PROMOTION DE LA SANTÉ

La recherche participative en promotion de la santé a été définie comme une enquête systématique, menée en collaboration avec les personnes touchées par la question à l'étude, qui vise à éduquer, à intervenir ou à apporter un changement (Green 1995). Les auteurs énumèrent un ensemble générique de critères pour tenter de rendre systématiquement explicites, donc observables et éventuellement mesurables, les principes de la recherche participative et les caractéristiques qui la définissent. Cependant, en voulant rendre manifeste la pratique de la recherche participative, les critères proposés risquent de nier la nécessité fondamentale d'une approche flexible propice à l'adaptation locale des démarches de la recherche. Par conséquent, une approche cohérente demande de se plier avec souplesse au contrôle, par la communauté, de la conception, de l'organisation et du déroulement des activités, afin d'envisager un format interventionnel flexible et adapté aux préférences des acteurs et aux possibilités contextuelles (Daniel *et al.* 1999).

La Charte d'Ottawa propose une approche écologique permettant de rejoindre les différents niveaux de la communauté en jouant un rôle de soutien et de catalyseur auprès des différents acteurs concernés (World Health Organization 1986). Le concept écologique renvoie à l'ensemble des interrelations entre les individus et leur environnement, et plus particulièrement avec la société, incluant les aspects sociaux, organisationnels et culturels. L'éducation, selon une approche écologique, propose un modèle efficace de promotion de la santé en se souciant conjointement d'un épanouissement d'ordre personnel et social. Cela implique que les éducateurs

ne développent pas simplement des programmes en vue d'un changement comportemental individuel mais s'engagent aussi dans une action collective pour favoriser un changement social. Le modèle écologique suggère de plus que la participation des gens dans un groupe d'action où les efforts sont dirigés vers l'émancipation de leur communauté, amène les individus à prendre conscience du contrôle qu'il exerce sur leur vie, de leur capacité à changer leur qualité de vie et de l'importance de leur place dans la communauté (Green *et al.* 1999).

La vision écologique des pratiques individuelles sous-entend que le fonctionnement de l'organisme est contrôlé par une profonde interaction du comportement avec l'environnement. Ceci implique d'une part, que ce dernier impose certaines limites au comportement et d'autre part, en jouant sur des variables environnementales, qu'il est possible de modifier le comportement. Ces deux points nous amènent à reconnaître que la promotion de la santé peut arriver à une meilleure efficacité en exerçant, dans la mesure du possible, une influence sur l'environnement (Green *et al.* 1996). Il existe par ailleurs une réciprocité à cette relation, dans le sens où les comportements individuels, sociaux et organisationnels influencent, eux aussi, l'environnement; c'est le déterminisme réciproque. Cet aspect souligne l'importance de donner aux personnes le pouvoir de maîtriser les facteurs qui influencent leur santé. En prenant personnellement ce contrôle, au lieu de dépendre de celui des professionnels de la santé, les individus sont en meilleure position pour ajuster leur comportement face aux conditions environnementales.

Cette perspective écologique s'appuie sur les principes de participation (Green 1986) et d'empowerment (Rappaport 1987). Elle suggère la nécessité que les éducateurs se suffisent au rôle de facilitateurs dans un contexte qui reflète un sens profond de «communauté», c'est-à-dire, l'appartenance des membres à un groupe qui partage un symbolisme commun, une norme sociale et des valeurs propres, une influence mutuelle, des besoins identiques et un profond rattachement à l'histoire collective (Israel *et al.* 1994). À travers la participation de la communauté, les gens développent de nouvelles croyances quant à leur potentiel de contrôle sur leur vie et d'influence sur leur entourage social. Cette approche implique alors beaucoup plus qu'une simple amélioration de l'estime de soi, de la confiance en soi et de l'efficacité personnelle : la cible étant l'émancipation de l'individu, du groupe et des institutions communautaires (Israel 1985). Dans une adaptation des idées de Freire au niveau de l'éducation de la santé, Wallerstein définit l'empowerment comme un processus d'action sociale voué à promouvoir la participation des gens, des organisations et des communautés en prenant le propre contrôle de leur vie dans la communauté (Wallerstein *et al.* 1988). Ce procédé vise le pouvoir d'agir avec les autres pour apporter un changement en faveur de la santé. Tout en étant conscients des influences sociales

qui peuvent affecter leur vie, les individus assument la responsabilité de leurs propres décisions. Freire évoque en d'autres termes, que les individus sont capables de prendre des décisions saines, non pas grâce aux informations inculquées par des experts, mais par la connaissance collective qui émerge d'un groupe partageant des expériences communes (Freire 1973).

La participation est ainsi à la base de l'émancipation d'une communauté. L'expérience collective facilitant alors le développement des habiletés individuelles dans un environnement social renforçant, contribue à accroître l'estime de soi et l'efficacité personnelle des individus. S'ils réalisent le contrôle qu'ils exercent sur leur propre santé, ils sont en mesure de développer une compétence personnelle. L'émancipation d'une communauté requiert, de plus, l'implication des différents services et institutions communautaires. Les individus ont le pouvoir d'agir sur leur qualité de vie en développant un sens critique concernant le contexte sociopolitique et en imposant une influence sur les décisions d'ordre organisationnel. L'émancipation communautaire traduit finalement un contexte dans lequel s'appliquent les habiletés des individus et des organisations dans des efforts collectifs pour que leurs besoins respectifs se rencontrent. Ce support réciproque de renforcement souligne l'aptitude des individus à influencer les changements dans un contexte social plus large en vue d'un contrôle accru sur la qualité de vie de la communauté. Ce qui importe finalement dans l'appropriation des comportements, ce n'est pas l'effet d'une activité en particulier mais plutôt la combinaison de toutes les démarches entreprises.

Les programmes de prévention primaire, lorsqu'ils sont basés sur une approche éducationnelle participative, ont été identifiés comme les plus utiles et faisables en matière d'implantation en milieu communautaire (Renaud *et al.* 1997). Pour quelques tentatives de changements, leur instabilité à long terme semble reliée à un manque général de renforcement environnemental. Si l'éducation d'une saine alimentation veut toucher la communauté dans son ensemble, il est important d'agir simultanément au niveau de l'environnement physique et social de la population, en intégrant la participation des services liés à la consommation de la population (McLeroy *et al.* 1988). Pour des programmes qui parviennent à mobiliser tous les membres clé d'une communauté à travers une approche populationniste, les conséquences de cette conscientisation communautaire peuvent être étonnantes.

L'éducation en santé requiert le fondement d'une communication basique des habiletés, aussi bien qu'un enseignement renforçant pour améliorer l'efficacité des stratégies préventives. Plus particulièrement, l'éducation nutritionnelle a été définie comme un ensemble d'expériences acquises, conçues pour faciliter l'adoption volontaire de comportements alimentaires propices au bien-être et à la santé (Contento 1995). Une variété de stratégies visant l'implication d'efforts personnels dans l'émancipation communautaire ont récemment émergé en vue d'adresser

localement les problèmes d'insécurité alimentaire à l'origine de ressources inadaptées ou d'un manque de savoir-faire avec les produits disponibles. Apportant une base essentielle à l'organisation et la gestion d'un groupe, ces actions favorisent une initiative autonome et un sentiment d'implication dans la vie communautaire. Elles reflètent, en outre, suffisamment de flexibilité et de cohérence avec les attitudes des participants pour contribuer à leur émancipation et leur efficacité personnelle à cuisiner des aliments en faveur du bien-être de leur famille.

Au niveau culturel propre aux populations autochtones canadiennes, Roy ajoute que certains choix peuvent être compris par une tendance à emprunter les comportements symboliques d'une culture attrayante et parlent de «preuve identitaire» à l'égard d'un monde qui autrefois était inatteignable (Roy 2002). Dans un autre sens, les rares programmes promotionnels entrepris dans les populations amérindiennes montrent une meilleure acceptation s'ils préservent l'héritage ethnique et l'intégrité culturelle (DeMars 1992).

Bien que les contextes autochtones aient fait l'objet de nombreuses investigations à différents domaines d'expertise, la littérature demeure pauvre en ce qui concerne les programmes en santé et spécialement en terme de stratégies d'éducation nutritionnelle. Cette lacune semble liée aux barrières linguistiques rencontrées, à la situation géographique des communautés éloignées, voire à une méfiance locale à l'égard de la conduite des chercheurs (LeMaster *et al.* 1994). Pour les quelques projets qui ont réussi à se démarquer, l'approche holistique semble être une condition majeure à toute investigation. Le programme de prévention du diabète entrepris dans la communauté de Kahnawake arbore, par exemple, un modèle écologique principalement basé sur la participation communautaire et dont la conception est spécifiquement inspiré de la culture Mohawk (Macaulay *et al.* 1997). Ainsi, il ne s'agit plus de faire valoir une conscientisation qui ne serait pas cohérente avec le contexte mais plutôt, de promouvoir la santé de façon holistique, en intégrant des concepts de bien-être physique, mental, émotionnel et spirituel qui font partie intégrante de la culture locale.

2 PROGRAMMES D'ÉDUCATION NUTRITIONNELLE EN MILIEU COMMUNAUTAIRE

Depuis les vingt dernières années, un intérêt grandissant tant public que privé et professionnel s'affirme dans la promotion de la santé à travers une prévention des comportements alimentaires susceptibles d'être à risque pour les maladies chroniques.

Dans le secteur privé, cet intérêt a mené à l'implantation de programmes au sein même des entreprises, en offrant quotidiennement au personnel l'opportunité d'une alimentation équilibrée (Glanz *et al.* 1988). L'accent au niveau professionnel a été mis sur de nouvelles perspectives pour la santé des Canadiens, en se basant principalement sur le fait que la connaissance nutritionnelle pouvait influencer les choix alimentaires des individus (Lalonde *et al.* 1974). Dans le secteur public, les préoccupations ont conduit au déploiement de programmes gouvernementaux avec diverses campagnes de contrôle pour la prévention des maladies cardiovasculaires (Stachenko 1996). Tous ces intérêts convergent vers un objectif commun de changement de comportement en regard du tabagisme, de l'alimentation, de la sédentarité et de l'obésité, ciblant alors les gestes néfastes chez certaines populations dites «à risque». Parmi les interventions communautaires les plus réputées, nommons North Karelia Project (Puska 1981), Welsh Heart Program (Nutbeam *et al.* 1987) et Stanford Five-City Project (Farquhar *et al.* 1990). Profondément inspirés des concepts de communication et de participation communautaires, l'idée commune est de promouvoir une acquisition solide d'habiletés qui soient adaptées aux ressources locales, en se basant sur le fait que la connaissance et l'observation d'un modèle facilitent la reproduction ultérieure des pratiques. Les résultats confirment l'efficacité d'une organisation communautaire multidimensionnelle et l'importance d'assurer un lien entre les services alimentaires et les consommateurs grâce à des stratégies de diffusion de l'information.

2.1 Implication des facteurs psychosociaux dans le choix alimentaire

Les recherches investiguant la nutrition comportementale en sont progressivement venues à emprunter des théories et méthodes de la science du comportement, tant dans le domaine de l'éducation que de la psychologie, pour comprendre les habitudes alimentaires et planifier des programmes principalement basés sur des améliorations dans l'alimentation des populations. La promotion de la santé moderne se tourne aujourd'hui, vers des perspectives théoriques invoquant l'influence des médiateurs du choix alimentaire (Labonte *et al.* 2002). Les théories communément employées pour prédire des comportements ont tout d'abord cherché à

savoir si les modèles théoriques envisagés expliquaient adéquatement le phénomène étudié (Glanz *et al.* 1990). Face à une prédictibilité relativement maigre due en partie à une fragilité des plans conceptuels, plusieurs auteurs ont proposé de rassembler des construits distincts, dans des modèles plus flexibles en tenant intimement compte de l'importance du contexte socioculturel, tout particulièrement dans les milieux autochtones (Story *et al.* 1998). À l'heure actuelle, la combinaison de plusieurs variables psychosociales dans des modèles hautement prédictifs semblent offrir des supports plus efficaces pour promouvoir un tournant vers une alimentation saine (Kristal *et al.* 1995).

Par ailleurs, parce que les gens mangent et pensent en terme d'aliments, la nutrition comportementale a mis l'accent sur les déterminants de la consommation des fruits, des légumes (Brug *et al.* 1997, Nicklas *et al.* 1998) et des aliments gras (Stafleu *et al.* 1994). Parmi les influences maîtresses d'un choix alimentaire orienté vers les sources de gras, nous retrouvons le goût - plaisir et préférences - le coût et la commodité; la bienfaisance et la maîtrise de son poids, quant à elles, prédisent généralement le choix d'aliments plus sains. Une attention a cependant été portée sur le risque d'une volonté excessive à éviter tout geste qui ne serait pas bienfaisant, telle une phobie qui emprisonne l'individu dans une attitude obsessionnelle, compulsive, anxieuse voire dépressive (Hollis *et al.* 1986, Vickers 1993). Certains iront même jusqu'à remettre sérieusement en cause ces stratégies de changement canalisées sur les gestes individuels bannis, en dénonçant un élan de culpabilité qui assimile inévitablement la personne à la victime (Marantz 1990). Ces programmes s'efforcent pourtant, pour promouvoir le bien-être, de réduire l'incidence des divers problèmes qui affectent certaines populations. Cependant, on reproche à ces pratiques de mettre un accent exclusif sur la faute individuelle et la résistance aux aliments inadéquats, au détriment d'une meilleure attention sur les qualités personnelles et les rapports interpersonnels dans l'environnement social. En voulant exclusivement cibler la personne affectée, les éducateurs risquent de passer à côté du problème à la source. En ignorant les valeurs culturelles et les interactions socio-comportementales avec l'entourage, ils négligent alors les aspects stimulants d'un environnement pervers. À un certain degré, ces conditions restent intraitables par des actions immédiates et requièrent des changements sociopolitiques à long terme (Wallerstein *et al.* 1988). Les nombreuses barrières auxquelles se sont heurtées les tentatives de changement dans les comportements des individus, ont servi de bases aux théories psychosociales qui s'orientent aujourd'hui vers une adaptation adéquate des individus avec leur contexte socioculturel.

2.2 Influence des ressources environnementales sur l'alimentation

Le commerce actuel propose une telle panoplie d'aliments que des stratégies éducationnelles sont nécessaires pour guider et assister les consommateurs vers des choix d'aliments appropriés. L'industrie pourrait faciliter indirectement le changement de comportement, en agissant sur l'intérêt des consommateurs à sélectionner les bons produits. De toute évidence, les restaurants et les supermarchés ont été ciblés par des initiatives en santé communautaire pour tenter d'encourager les consommateurs vers des choix plus sains. Selon une estimation des facteurs susceptibles de prédire un changement de comportement vers une alimentation saine, les labels nutritionnels ont été fortement associés à une réduction de l'apport en gras, sans pour autant assister à une augmentation au niveau de la consommation des fruits et des légumes (Kristal *et al.* 2001).

Les messages nutritionnels et leur interaction avec les attitudes et les attentes des consommateurs semblent néanmoins affecter la satisfaction et l'acceptation des produits de même que l'apport alimentaire subséquent (Stubenitsky *et al.* 2000). Selon une étude de l'influence actuelle de l'industrie sur les comportements alimentaires, les supermarchés offrent un contexte idéal pour promouvoir et rendre disponibles les aliments sains (Dwyer *et al.* 2000). Malgré une incitation efficace à des attitudes positives envers les aliments cibles lors des campagnes promotionnelles, la mobilisation des gens se limite généralement au moment où ils sont sur le point d'acheter (National Restaurant Association 1984). On a expliqué le phénomène par l'influence de l'étiquetage des produits allégés sur l'attente des consommateurs et donc sur l'acceptabilité réelle du produit à savoir si celui-ci reflétait adéquatement l'idée qu'ils s'en étaient faits (Cardello *et al.* 1992, Tuorila *et al.* 1994). Certains auteurs ont même accusé l'effet boomerang des recommandations sur le public américain alors envahi par des politiques de contrôle obsessionnel du gras dans l'alimentation. Ce scepticisme croissant influencerait fortement la tendance vers une alimentation moins saine (Patterson *et al.* 2001). Une étude entreprise chez des sujets atteints d'une hypercholestérolémie souligne le fait que les conseils nutritionnels pour réduire l'apport en gras sont plus efficaces s'ils ne restreignent pas le comportement alimentaire habituel (King *et al.* 1999). Dans cette visée, chez les enfants, plusieurs études montrent que les stratégies parentales qui restreignent l'accès aux snacks, ne font en fait que rendre ce genre d'aliments beaucoup plus attrayant lorsque les enfants, alors seuls, sont confrontés à un environnement de grande disponibilité (Fisher *et al.* 1999).

En outre, il semble que les activités visant à garantir la qualité gustative des produits rarement consommés, aient des effets positifs sur la volonté du consommateur à essayer des nouveaux aliments (Pelchat *et al.* 1995). Parce que la disponibilité des aliments sains n'est pas suffisante pour orienter les consommateurs vers des choix plus sains, la dégustation de produits inhabituels serait une façon de déjouer la déception du consommateur et de contrecarrer les préjugés populaires vis à vis de ces aliments, d'autant plus s'ils sont préparés par des personnes compétentes et vouées du talent nécessaire à une présentation attractive. La littérature montre que malgré le fait que les consommateurs se sentent concernés par l'importance d'une saine alimentation, leurs choix restent fortement influencés par le goût (Roininen *et al.* 2001), les préférences et le coût des aliments (Glanz *et al.* 1998). Identifiant le goût comme le facteur le plus important qui détermine le choix du consommateur, certains auteurs suggèrent que les industries alimentaires devraient promouvoir l'aspect gustatif d'un produit avant ses bienfaits nutritionnels (Regan 1987). En effet, nous assistons de plus en plus à des allégations du concept «santé», face auxquelles s'intensifie un contre effet des publicités mensongères, conduisant l'individu vers l'incertitude des bienfaits réels de tel aliment dit «santé» et la méfiance au regard des nouveaux produits .

Cette ambivalence entre croyances et comportements impose la nécessité d'utiliser des techniques culinaires innovatrices pour développer des plats que les consommateurs n'accepteraient pas uniquement, mais raffoleraient et choisiraient plusieurs fois. Le programme des Menus Mieux Vivre déjà implanté dans de nombreux services de restauration du Québec, mise sur l'opportunité d'offrir exclusivement des menus équilibrés aux clients qui n'ont finalement pas d'autres choix que de consommer des plats certifiés santé (Réseau des Menus Mieux Vivre 1989). Ce projet qui vise à ce que les restaurateurs acceptent de restreindre la composition en gras de 35% à 28% de l'énergie totale des mets inclus sur le menu, semble être significativement responsable d'une diminution de l'apport moyen en gras par sujet et par jour. A plus grande échelle, le projet LEAN² voudrait aider les Américains de la côte ouest à réduire leurs apports en gras à moins de 30% de l'énergie totale en améliorant l'environnement alimentaire des consommateurs, c'est à dire en augmentant la disponibilité des produits allégés dans les supermarchés, les restaurants et les cafétérias scolaires et industrielles (Samuels 1990). Le point fort du programme repose sur la coalition d'une trentaine d'organisations nationales et communautaires vers un consensus d'amélioration de la santé à travers la nutrition. Les résultats confirment le fait qu'une formation nutritionnelle au terme d'une cuisine santé est susceptible d'encourager les chefs à y ajouter leur propre expertise culinaire et leur créativité pour développer

² *Low-fat Eating for Americans Now*

et intégrer au menu des recettes excellentes et adéquates sur le plan nutritionnel. L'efficacité de l'implication des professionnels de la cuisine et l'éducation nutritionnelle des chefs a été documentée tout au long du projet LEAN en démontrant le succès à long terme des changements apportés aux menus (Palmer *et al.* 1995).

Dans le cadre de cuisines collectives, la transmission d'un savoir nécessaire à la préparation adéquate des aliments semble possible et offre l'opportunité de profiter de l'expérience des experts et de pratiquer les gestes essentiels à l'accomplissement de repas équilibrés (Marquis *et al.* 2001). Ces activités se basent sur les prémisses d'un enrichissement d'habiletés culinaires utiles à la dépense efficace du budget alimentaire et à la préparation de repas variés et nutritifs en famille. Certains auteurs admettent que le rôle des ateliers de cuisine n'est pas forcément de produire des repas pour les membres du groupe et leur famille mais plutôt, de les exposer à de nouveaux aliments et techniques culinaires (Tarasuk *et al.* 1999). Dans ce sens, des dégustations collectives amenant les membres de la communauté à se réunir autour d'un festin pour goûter une variété de plats inhabituels, peuvent favoriser un premier contact agréable avec de nouvelles façons d'apprêter les aliments. La nature coopérative de la préparation culinaire collective signifie que la participation des membres traduit fondamentalement une expérience sociale. Cet exercice récréatif permet aux participants de travailler ensemble et de socialiser de façon informelle; le mécanisme majeur invoque l'opportunité d'un support personnel, mutuel donc social, indispensable à l'acceptation de nouvelles habiletés.

Alors que ces travaux permettent de croire que la participation dans ce genre d'activité puisse offrir un support social crucial et aider les individus à acquérir une certaine adresse culinaire, ils soulignent néanmoins un potentiel limité à résoudre des problèmes inhérents à l'accès aux aliments adéquats chez certaines catégories sociales. Les auteurs admettent que le souci d'économie a réellement sa part de responsabilité dans une mauvaise alimentation et par extension, peut nuire à la participation des personnes les plus défavorisées. Il importe donc que l'aspect financier soit pris en compte dans le cadre d'un programme qui prétendrait travailler sur la sécurité alimentaire d'une communauté.

3 STRATÉGIES D'ÉVALUATION EN PROMOTION DE LA SANTÉ

L'évaluation de programme ne s'est distinguée que récemment comme un domaine en tant que tel. Les engagements vis-à-vis d'organismes subventionnaires peuvent expliquer la nécessité d'évaluer un programme vu la pression externe imposée par les agences gouvernementales et non gouvernementales qui veulent s'assurer que les fonds déversés sont utilisés à bon escient (Goodstadt *et al.* 2001). Les directives gouvernementales, obligeant la tenue systématique d'évaluation pour tout programme financé, ont sans doute contribué à promouvoir le développement de la pratique de l'évaluation. Elle apparaît aujourd'hui comme une activité presque routinière à laquelle s'adonnent, ou devraient s'adonner, les coordinateurs de projet.

Les chercheurs et les divers acteurs impliqués ont aussi un désir naturel de savoir si le temps, l'énergie et les autres ressources impliquées ont bien été dépensés. Ils voudraient non seulement connaître si les efforts déployés ont eu des effets positifs sur la population (évaluation d'impact et des effets), mais aussi de quelle manière leur stratégie a eu de tels effets sur la communauté (évaluation de processus). L'évaluation devrait théoriquement constituer une phase essentielle d'un programme pour juger de la qualité des interventions dans les milieux éducatifs et sociaux et pour mettre en place des mécanismes flexibles visant leur amélioration. Certes, il est important qu'une investigation en cours puisse s'assurer de son efficacité réelle, mais en recherche participative, il paraît judicieux d'entreprendre des démarches évaluatives dès les prémisses d'un programme afin de l'harmoniser avec le contexte socioculturel, d'éviter des efforts inadaptés et enfin d'optimiser les chances futures de réussites (évaluation formative).

3.1 Spécificité des stratégies d'évaluation de programme

À travers une revue de quelques importantes recherches basées sur la communauté, plusieurs stratégies d'évaluation ont été suggérées selon le type d'information ciblé (Pirie *et al.* 1994). Sans entrer dans les détails, nous essayerons d'en tirer les lignes pertinentes afin d'argumenter notre choix dans la présente étude.

3.1.1 Évaluation de l'impact d'un programme

Alors qu'un programme mûrit et que ses composantes sont bien établies, l'accent peut-être mis sur l'étude de son impact dans la population étudiée. L'évaluation des effets d'un

programme vise exclusivement une investigation sur les résultats et l'efficacité des démarches engagées. En d'autres termes, c'est le moyen de savoir si les efforts développés par les chercheurs ont eu un impact positif dans la communauté. Ce type d'évaluation semble opportun lorsque l'objectif visé prévoit d'étudier les composantes spécifiques d'un programme, comme par exemple, un changement dans le comportement des gens ou bien une restructuration environnementale ou organisationnelle. C'est le cas de certains programmes d'envergure qui visent à aider les membres des communautés à améliorer leurs comportements en terme de tabagisme, de sédentarité et d'alimentation (Shea *et al.* 1990). Ces investigations ont généralement pour but de produire des changements mesurables au niveau des facteurs de risque des maladies cardiovasculaires en suivant l'évaluation de paramètres biologiques ou les taux de morbidité et de mortalité dans la population.

3.1.2 Évaluation de la progression d'un programme

La conduite d'une évaluation sur un programme implanté, qui est alors en progression, offre une continuité d'informations nécessaires au contrôle du processus dont les résultats ne seraient observables qu'après quelques années d'investigation. Il semble important d'accumuler suffisamment de preuves pour éclairer les composants d'un succès ou au contraire, identifier les raisons pour lesquelles le projet a échoué. L'évaluation de processus ou d'implantation se concentre donc sur la spécification des questions décisionnelles clés et sur la documentation des aspects historiques durant le processus d'implantation. Ce procédé permet d'établir les paramètres pour lesquels les actions communautaires seraient plus efficaces. Bien que l'approche paraît pertinente dans les études de cas basées sur des observations, des entrevues et analyses documentaires, elles exigent d'un programme qu'il soit déjà implanté dans la communauté (Ovretveit *et al.* 1988).

3.1.3 Évaluation des besoins de la communauté

L'évaluation des besoins d'une communauté rentre dans le cadre d'une recherche formative vouée à guider les planificateurs et éducateurs en santé dans la conception d'un programme attrayant et approprié, selon les besoins réels de la population. Cette étape se cadre idéalement dans un projet pilote qui cherche avant toute chose à savoir si un programme serait cohérent dans le contexte choisi. Les informations recueillies servent alors à orienter les décisions organisationnelles pour envisager un format d'intervention acceptable aux yeux des principaux concernés. Nous verrons ultérieurement que certaines des méthodes les plus appréciées à cet effet

misent sur la stimulation de la parole par le groupe, où des idées émergent d'une discussion organisée et orientée vers une question clé (Hammond 1988, Wiener *et al.* 1994, Weaver 1999).

3.2 Vers un courant écologique des évaluations

L'approche écologique se distingue par une participation exhaustive accordée aux différentes personnes évoluant à travers l'environnement dans lequel un programme prend vie. La participation renvoie à l'idée que le chercheur doit favoriser une intégration maximale des divers acteurs d'une communauté en favorisant une socialisation de l'étude qu'il envisage (Chapoulie 1984). Par extension, une évaluation participative est caractérisée par de multiples interactions avec les participants pour les impliquer activement durant tout le processus d'évaluation. Cependant, les difficultés inhérentes à l'évaluation de programmes basés sur la communauté ont souvent été documentées au niveau de l'articulation d'un plan d'évaluation bien définie (Glasgow *et al.* 1999, Nutbeam 1999). Des conflits y sont relatés entre l'atteinte d'une rigueur scientifique et les objectifs de développement des aptitudes, du potentiel d'accomplissement et de l'enrichissement de la communauté (Judd *et al.* 2001).

3.2.1 Action émancipatrice de l'évaluation

L'empowerment, dans son sens le plus large, traduit l'aptitude qu'ont les individus à gagner une compréhension et un contrôle sur leurs avantages personnels, sociaux, économiques et politiques, de façon à les utiliser activement pour améliorer leur qualité de vie (Israel *et al.* 1994). Parallèlement à la recherche participative, le courant actuel des évaluations en promotion de la santé est dominé par une stratégie d'empowerment définie par l'émancipation, voire l'épanouissement des individus qui prennent conscience du contrôle qu'ils ont sur leur qualité de vie. Une méthode d'évaluation peut alors se prévaloir d'être émancipatrice si elle permet aux bénéficiaires de se libérer de contraintes culturelles, intellectuelles ou morales pour atteindre une certaine indépendance, la liberté d'expression et la maîtrise de ses propres décisions (Fetterman 2000, Zimmerman *et al.* 1988). Cependant, on perçoit un manque dans la clarification du concept aux différents niveaux d'application : individuel, organisationnel et communautaire (Laverack *et al.* 2001). Alors que les chercheurs sont arrivés au consensus qu'une investigation est nécessaire à tous les niveaux, la plupart de la littérature sur l'empowerment focalise exclusivement sur l'aspect individuel.

Le concept de conscientisation développé par Paulo Freire procure un fondement permettant de créer un cadre tridimensionnel qui relie les trois degrés d'implication (Freire 1973).

Selon l'auteur, à travers un processus de réflexion commune, les individus et les organisations de part la communauté dans son ensemble, développent une capacité à agir efficacement pour créer un changement social. Cette action est rendue possible dès lors qu'une prise de conscience est créée à travers une identification à un groupe, le partage d'un sort commun et le développement d'une efficacité personnelle puis collective. En outre, un modèle d'enrichissement communautaire qui puisse assurer le lien entre les trois niveaux, fournirait des moyens plus efficaces pour garantir le support et le contrôle nécessaires au développement des habiletés et des ressources requises (Israel *et al.* 1994).

Cette perspective écologique offre une étroite collaboration entre les divers acteurs et ce, tout au long du processus, en vue d'améliorer la coalition et ses plans d'action et de rendre flexible la résolution des problèmes et l'usage de nouvelles approches (Butterfoss *et al.* 1996). Pour que le modèle d'évaluation du programme soit constructif et significatif, il se doit d'être flexible, de même que les théories conductrices et les objectifs visés dans le projet. L'articulation de chacune des théories d'action et de changement à l'origine du programme dans un cadre conceptuel adapté permet d'adopter une approche d'évaluation fondée sur une base théorique (Chen *et al.* 1983, 1989). Souvent, des objectifs trop ambitieux prévus durant le processus de planification risquent d'être significativement affaiblis lorsqu'ils sont confrontés à la réalité de l'implantation et du contexte. L'évaluation doit alors être suffisamment souple et réajustable dans le contexte réel pour suivre idéalement les changements imprévus du projet (Hembroff *et al.* 1999).

3.2.2 Évaluation formative

L'évaluation formative a été introduite par opposition à l'évaluation sommative. Alors que cette dernière s'intéresse à la valeur d'un programme après qu'il soit bien établi, l'évaluation formative s'adresse aux préoccupations des acteurs impliqués pour générer des informations sur mesure qui puissent guider leur prise de décision au niveau de la conception d'un nouveau programme (Scriven 1966). Le recours à l'évaluation formative a la faculté d'établir une parfaite cohérence entre le format d'une intervention et les particularités d'un contexte et ce, par le remaniement systématique des critères qui s'opposent à son déroulement (Weaver 1999). Elle s'intéresse directement au sens que les individus donnent à une expérience particulière pour en dégager une compréhension approfondie. En définitive, une évaluation qui puisse être centrée sur les préoccupations des premiers intéressés et renforcée de l'opinion des informateurs clés, contribue progressivement à la personnalisation d'un projet en lui donnant une perspective évolutive (Ovretveit 1998).

Exclusivement basée sur une approche participative, l'évaluation formative semble être un moyen efficace de mobiliser la population en l'impliquant dans les prises de décision et la tournure que doit prendre l'intervention (Baranowski *et al.* 1999). Dans cette visée, une telle approche rentre dans le cadre d'une évaluation émancipatrice vu que les participants accèdent à un rôle décisionnel et se rendent compte de l'importance qui leur est accordée. Cette stratégie semble donc propice à l'installation progressive d'une idée de changement, en renforçant une conscientisation collective susceptible de favoriser l'acceptation du programme.

L'articulation des changements apportés durant le processus ainsi que l'illustration des critères décisifs du succès sont utiles pour élaborer un format futur qui se voudrait pertinent et intéressant aux yeux des participants potentiels. La notion de constructivisme est nécessaire pour bâtir une compréhension jointe des divergences dans les revendications, les intérêts et les questions des personnes impliquées (Guba *et al.* 1989). Il est essentiel d'agir avec la certitude que les habitants locaux sont les mieux placés pour définir et articuler leurs propres besoins et sont par conséquent les plus importants acteurs d'un projet. L'information auprès des seuls experts de la communauté appuie une documentation rigoureuse des phénomènes qui peuvent influencer l'enthousiasme et la motivation des membres de la communauté.

Toutefois, des lacunes semblent exister sur la façon d'opérationnaliser une stratégie évaluative impliquant plusieurs groupes d'acteurs dont les intérêts sont parfois divergents (Patton 1997). Canaliser une évaluation, c'est d'abord en clarifier les enjeux et ensuite élaborer les questions auxquelles l'évaluation devrait tenter de répondre (Stecher *et al.* 1987). Dans le cadre de l'évaluation formative participative, le protocole d'évaluation est qualifié d'émergent parce qu'il se construit au fur et à mesure d'un processus de négociations entre les personnes directement concernées (Lincoln *et al.* 1985). Ce processus progressif met en évidence l'importance d'un travail sur le terrain voué à refléter les conditions naturelles de la vie quotidienne des personnes concernées par une intervention. Ces caractéristiques locales vont peu à peu participer à l'articulation d'un format logique et en raffiner la méthodologie pour conduire harmonieusement une évaluation qui se voudrait participative.

Malgré l'orientation populaire des recherches vers l'évaluation des programmes en santé, trop rares sont les projets ayant intégré une évaluation formative avant même leur implantation afin d'identifier les possibilités que peut offrir un contexte particulier, comme c'est le cas dans les communautés autochtones (Weaver 1999). Les conséquences se répercutent inexorablement sur l'acceptabilité des activités. Sans dialogue avec la communauté ni participation dans la prise de décision face aux enjeux et priorités, les moyens envisagés ne peuvent contribuer à son émancipation (Wallerstein *et al.* 1994).

Certes, l'évaluation formative vise à comprendre formellement une situation aux yeux des experts, mais la richesse profonde de cette approche émane tout de même de l'implication concrète des participants dans la tournure des événements et l'entretien d'un mouvement vers la justification cohérente d'une meilleure alimentation (Tarasuk *et al.* 1999, Onyskiw *et al.* 1999). La méthode va au-delà d'une simple analyse de la perception en invitant les gens à devenir les avocats du bien-être de leur communauté. À travers cette démarche, les participants deviennent profondément sensibilisés sur le fait qu'ils sont les principaux responsables de leur devenir. Certains auteurs expliquent ce processus participatif par le fait que les participants accèdent à un sens d'achèvement personnel en soulignant l'importance du soutien collectif dans l'acquisition future du contrôle autonome de la situation (Wallerstein *et al.* 1988; Bernstein *et al.* 1994).

3.3 Méthodes d'évaluation qualitative

Le choix d'une méthodologie devrait logiquement être fait en fonction de la nature de l'investigation et du contexte d'application choisi (Patton 1990). Les nouvelles approches évaluatives ont en commun l'idée d'impliquer davantage les divers groupes concernés par un projet en les appelant à jouer un rôle actif dans le processus d'évaluation et profiter d'un regard global sur le phénomène étudié (Guba *et al.* 1981, Fetterman 1988). Il reste cependant, de nombreuses lacunes quant à l'articulation des procédés par lesquels certains auteurs utilisent leurs données empiriques et construisent des cadres théoriques pour mener des interventions qui se disent «compatibles» avec le contexte à l'étude. À travers la littérature, quelques méthodes se démarquent des stratégies conventionnelles de par l'observation en situation et l'élaboration de «cartographie interventionnelle» (Davis 1986, Bartholomew *et al.* 1998). Ces approches soulignent l'importance d'identifier au préalable avec les communautés des méthodes d'intervention cohérentes face aux opportunités socioculturelles et organisationnelles. Elles nous encouragent ainsi à suivre une démarche précise et progressive dans la réalisation d'une intervention en utilisant adéquatement les propriétés du terrain pour en extraire la compréhension d'un phénomène qui lui est spécifique.

3.3.1 Collecte des données

À l'instar des méthodes quantitatives, l'approche qualitative permet à l'utilisateur d'étudier en profondeur un phénomène et intégrer des catégories de données qui n'ont pu être déterminées à l'avance (Patton 1990). Le choix d'une stratégie de recherche est justifié par sa susceptibilité à produire des informations authentiques, riches, diversifiées et accessibles (Jaccoud

et al. 1997). Dans les sections suivantes, nous présenterons les méthodes plus particulières aux évaluations formatives participatives.

L'IDENTIFICATION DES ATOUTS D'UNE COMMUNAUTÉ

L'identification collective des qualités d'une communauté parallèlement à la progression d'un projet semble incontournable pour envisager la pertinence d'une intervention (Sharpe *et al.* 2000). Le tour des services alimentaires de la communauté a été documenté comme une technique idéale pour introduire des chercheurs étrangers aux communautés. Les membres de la communauté peuvent être activement impliqués dans ces tours en tant que guides ou observateurs, les engageant précocement dans l'idée d'un projet. C'est aussi l'occasion de prendre des notes et des photographies du contexte et de constater les ressources potentielles que peut offrir la communauté.

Ainsi, certains conseillent d'explorer sérieusement le milieu avant toute investigation pour en identifier les actifs alimentaires potentiellement utilisables afin de restreindre les barrières auxquelles peuvent se heurter certains comportements (Bartholomew *et al.* 1998, Sharpe *et al.* 2000). Les auteurs proposent entre autres, des inventaires préliminaires dans les différents services de consommation et l'identification subséquente des ressources locales en vue de concevoir des objectifs stratégiques qui soient en harmonie avec les opportunités contextuelles. L'inventaire des ressources reflète d'un côté, l'identification des aptitudes organisationnelles et environnementales qui pourraient soutenir les activités du programme, le but étant de connecter ces aptitudes à des opportunités d'action. D'un autre côté, la découverte du milieu permet de juger du potentiel individuel, du talent, des habiletés et expériences antérieures susceptibles de stimuler l'implication des membres de la communauté dans les activités communautaires.

Par ailleurs, d'autres mesures plus créatives utilisant des techniques d'évaluation par support visuel, semblent appropriées à certaines population pour documenter les atouts et des négligences qu'évoque la communauté (Sharpe *et al.* 2000). Freire, quant à lui, propose de créer des objets de discussion afin de structurer un dialogue autour des enjeux identifiés dans la communauté (Wang *et al.* 1994). Entre autres, des photographies prises en situation mettent parfois en relation certains aspects non observés sur le moment et peuvent aussi favoriser la prise de conscience face à certains faits sociaux. Certes, elles ne donnent qu'un indice informel et peu probant de l'opinion réelle des participants mais, représentant concrètement un problème communautaire, elles apportent une illustration subséquente des sentiments exprimés par les répondants. Cet outil tant utile à l'évaluateur qu'au répondant pour remémorer des événements passés, semble un moyen efficace de fixer l'attention et d'agrémenter une évaluation, en facilitant

la communication avec les participants face au portrait d'une situation réelle sur laquelle ils projettent des émotions, des souvenirs. Ce concept de stimulation visuelle amène en fin de compte les répondants à avoir une opinion critique sur les activités et à identifier les facteurs qui harmoniseraient leur mode de vie et contribueraient à leur mieux-être.

L'OBSERVATION DIRECTE

Les fondateurs de la sociologie ont fait de l'observation directe un critère fondamental de la connaissance humaine et de la compréhension des phénomènes sociaux (Comte *et al.* 2001). Ce mode d'approche utile et nécessaire est tel qu'il ne représente plus un usage exclusivement basé sur des contextes étrangers, mais s'étend progressivement à l'étude de milieux moins stigmatisés et plus proches de la situation sociale du chercheur. Dans ce sens, l'observation en situation chez certains groupes culturels ne s'inscrit plus dans une pratique dominatrice et méprisante mais vise principalement à décrire et à comprendre comment, concrètement, les acteurs sociaux donnent un sens à leurs actes et quels sont les besoins perçus par les communautés (Davis 1986). Dans une revue sur les corrélations psychosociales du comportement alimentaire, les auteurs recommandent un enrichissement des énoncés rapportés par une mesure plus objective et visuelle des phénomènes (Baranowski *et al.* 1999).

L'observation donne l'accès à une autre façon d'envisager et de produire la réalité. Son recours constitue un mode d'approche nécessaire pour rendre compte du comportement naturel des participants, et ce pour diverses raisons : d'une part, le fait que l'observation soit parfois la seule méthode possible, dans le cas où la communication se fait en langue étrangère et d'autre part, la non adéquation fréquente entre le discours et la conduite réelle des gens (Jaccoud *et al.* 1997).

L'ENTREVUE

Patton nous informe qu'une entrevue peut prendre plusieurs formes : l'entretien ouvert, prenant l'allure d'une conversation informelle par exemple, ou encore l'entrevue semi-structurée telle que guidée par l'administration orale d'un questionnaire à une personne ou à un groupe (Patton 1987). Cette dernière forme, à travers laquelle des stimulations saillantes peuvent être générées par le groupe lui-même, est également utile pour générer des messages de motivation pertinents (Contento 1995). Quelque soit la forme retenue, les mêmes critères de qualité s'appliquent : la clarté des questions, la neutralité de l'évaluateur et le maintien d'un climat favorisant l'interaction entre les différents acteurs en présence.

Ce face-à-face permet de révéler ce que l'autre pense et ne peut être observé : des sentiments, des pensées, des intentions ; il communique également des comportements antérieurs et leurs liens avec le présent. L'entrevue a été définie comme une conversation qui vise un but spécifique : celui d'en arriver à la compréhension d'une certaine réalité, à l'identification des phénomènes tels que perçus par le répondant (Pauzé 1984). Ce dernier est censé posséder la compétence et l'expertise d'un savoir que le chercheur tente de mieux comprendre. Cette interaction verbale prend appui sur la parole, construisant ainsi un corpus constitué d'empreintes de connotations personnelles, interpersonnelles, sociales et culturelles des personnes.

Hormis la perception majeure des participants d'une intervention, il semble intéressant de s'étendre sur les perceptions des informateurs clés ayant un rôle décisionnel, formel ou informel, tels que les personnes d'influence et les meneurs politiques de la communauté, les professionnels de la santé et également, les dirigeants des services de consommation de la communauté (Patton 1990). Les partis en cause devraient trouver chacun un intérêt à participer : la motivation du répondant à partager son expérience personnelle, sa curiosité à être impliqué dans la tournure et les retombées du projet. Quant au chercheur, il poursuit un intérêt professionnel, en prétendant pouvoir ajouter un nouveau niveau de compréhension au phénomène étudié (Kvale 1996). Selon l'auteur, les questions abordées durant le processus amènent l'exploration approfondie d'une situation et peut engendrer, chez le répondant, une réflexion et une prise de conscience de sa qualité de vie, soulignant ainsi le rôle émancipateur de l'entrevue.

3.3.2 Analyse qualitative

DE L'ANALYSE QUANTITATIVE À L'ANALYSE QUALITATIVE

Dans une perspective quantitative, l'accent est mis sur la collecte de données chiffrables, sur la qualité de l'instrument de mesure et sur l'analyse statistique. Les informations qui en découlent frôlent une crédibilité incontestable et une validité qui va permettre d'en extraire une interprétation généralisable. L'inconvénient principal semble pourtant résider dans un manque de souplesse de l'instrumentation, ne permettant pas d'expliquer un phénomène en profondeur ni d'apporter de nouveaux concepts qui n'ont pu être déterminés à l'avance (Guba *et al.* 1989). Face à l'analyse quantitative d'une banque où s'accumulent des données souvent fragmentaires auxquelles manquent des interprétations d'ensemble, l'appel à des informations qualitatives, à travers une évaluation pluralistique, permettrait alors d'en dégager une signification sociale plus profonde.

L'analyse qualitative a longtemps été négligée sous le poids de considérations pratiques et épistémologiques dans un contexte où l'empirisme quantitatif s'impose comme modèle scientifique. La subjectivité du chercheur, de même que la représentativité et la validité des données sont autant d'éléments qui menacent la crédibilité des méthodes qualitatives. Dénonçant un manque de plan et de méthodologie bien définie ou encore de rigueur, certains auteurs la trouvent moins acceptable (Duignan *et al.* 1989) alors que d'autres arborent le besoin de flexibilité dans le choix des méthodes en harmonie avec les modes de vie et opportunités qui se présentent (Fetterman 1988). Cependant, Penrose explique que la compréhension humaine n'est pas une activité mathématique et que l'intuition et la perspicacité humaines ne peuvent pas être réduites à un ensemble de règles (Penrose 1994). Le fait que certains raisonnements logiques échappent à la description par calculs, constitue selon lui, une preuve que nous pouvons faire des choses avec notre esprit sans l'aide de calculs. Notre mentalité consciente et ses diverses manifestations ne seraient donc que mal comprises par des modèles fondés sur des calculs. Certains observent aussi un risque que notre analyse quantitative soit alors contaminée par la mentalité objective et rationalisante de la machine au détriment de la créativité, de l'affectivité, de l'intuition et de l'imagination (Dreyfus *et al.* 1988).

LA TRIANGULATION

Pour assurer la crédibilité des informations générées à travers la collecte et l'analyse des données, plusieurs techniques peuvent être combinées - triangulation des méthodes - de même que plusieurs sources d'information - triangulation des propositions. L'utilisation avantageuse de méthodes complémentaires a bien été documentée dans la littérature (Wiener *et al.* 1994). La triangulation est tout d'abord une méthode qui permet de vérifier le degré de vérité des énoncés proposés en se référant à plusieurs niveaux d'implication dans un projet (Alkin *et al.* 1990). Les informateurs clés possèdent alors des connaissances particulières qui permettent de neutraliser les biais introduits par la présence du chercheur dans le milieu. En croisant les réponses de divers groupes d'acteurs, l'analyste accède de plus à une appréhension des différentes perspectives d'un même phénomène. La capacité des personnes ressources d'objectiver les éléments de leur propre culture favorise une compréhension affinée et mieux articulée de la perception des acteurs principaux de l'évaluation. De ce fait, l'approche assure un regard externe plus large sur les possibilités d'arranger une intervention en cernant les facteurs socioculturels susceptibles d'influencer le déroulement d'un événement. En définitive, cette technique vise à assurer la qualité et la crédibilité des informations recueillies puis interprétées dans le but de construire un format d'intervention qui serait spécifique des besoins réels de la communauté et cohérent d'un point de vue organisationnel et environnemental.

L'ANALYSE PAR THÉORISATION ANCRÉE

Les acteurs sociaux ont souvent une connaissance et une expérience qu'ils ne peuvent pas toujours bien exprimer, d'où le risque de déformation et de simplification. En vue de réduire ce risque, certains ont vu la théorisation ancrée comme l'approche analytique la mieux formalisée pour faire ressortir un sens en élargissant les interprétations mises de l'avant (Corin *et al.* 1990). À la différence des théories conventionnelles d'abord créées, ensuite validées, la plupart par des chercheurs différents et dans des conditions divergentes, une théorie ancrée est construite et vérifiée simultanément par la comparaison constante entre la réalité observée et l'analyse en émergence. Une telle progression permet donc de retracer un cheminement explicite avec toujours plus de transparence et d'interprétation des perceptions jusqu'à en piéger le contenu subjectif des expressions.

Selon plusieurs auteurs, l'approche par théorisation ancrée peut générer de nouveaux concepts particulièrement appropriés pour des comportements inhérents à un contexte spécifique (Baranowski *et al.* 1999). En ce qui a trait aux activités d'éducation, cette technique interactive semble prometteuse puisqu'elle amène les individus à construire une réalité à partir de symboles qui les entourent et deviennent, par conséquent des participants actifs dans la compréhension d'une situation. Dans le domaine de la nutrition, lorsque utilisée pour examiner la faculté des cuisines communautaires à assurer une sécurité alimentaire dans des quartiers défavorisés et pauvres en ressources alimentaires, l'analyse par théorisation ancrée a permis d'identifier deux intérêts sous-jacents au format d'une activité de préparation collective : l'imitation des habiletés et le soutien social (Tarasuk *et al.* 1999). Dans un autre domaine, Cutcliffe a également montré l'utilité de cette méthode (Cutcliffe 2000).

CHAPITRE III

CADRE CONCEPTUEL ET QUESTIONS DE RECHERCHE

Adaptée dans le cadre du Projet «Chef Santé», le concept écologique souligne le fait que l'émancipation de la communauté doit être dépendante de l'implication de tous les éléments qui contribuent à la définir : les membres, les organisations et l'environnement. Une attention particulière doit être portée pour envisager un support théorique qui soit en adéquation culturelle avec la logique autochtone (Brant 1990). Il est alors important de comprendre comment leurs valeurs et leurs croyances peuvent être intégrées avec des théories psychosociales pour promouvoir un bien-être général et un environnement renforçant (Daniel 1999). Selon cet auteur, un programme de prévention doit refléter un lien théorique entre les déterminants présumés d'une maladie, la maladie elle-même et les changements prédits de cette situation problématique. La *figure 1* présente le cadre conceptuel du Projet «Chef Santé» élaboré pour guider la conception des activités entreprises dans les communautés crie. Ce modèle, inspiré d'une trilogie théorique, indique que cette intervention peut favoriser une meilleure utilisation des aliments, en considérant l'influence positive d'une éducation adaptée sur des comportements psychosociaux individuels et environnementaux.

Tout d'abord, le modèle PRECEDE de Green conceptualise le comportement comme un phénomène complexe et multifactoriel dont il faut pouvoir considérer chaque facteur pour attendre un changement (Green *et al.* 1991). Selon l'approche, plusieurs médiateurs peuvent influencer l'individu sur sa décision de s'impliquer dans une action : les facteurs qui le prédisposent à agir et les facteurs qui vont potentiellement faciliter et renforcer cette action. Les facteurs de prédisposition sont les croyances, les valeurs, les connaissances et les habiletés propres à l'individu, qui vont jouer sur son niveau de sensibilisation et sa capacité à agir pour son bien-être. Les facteurs de facilitation sont les ressources alimentaires locales susceptibles de faciliter le déroulement de l'intervention, les événements communautaires préexistants et les programmes

parallèles d'éducation en milieu scolaire qui visent à sensibiliser les jeunes sur l'importance d'adopter une bonne hygiène de vie. D'autres auteurs notent l'importance de considérer des systèmes efficaces de communication pour diffuser de l'information concernant le projet à travers la communauté (Thornton 2001). Enfin, les facteurs de renforcement sont les éléments qui vont consolider la participation des gens et permettre de maintenir les actions à long terme. Ce sont les coordinateurs locaux des activités, les grossistes responsables de l'importation et les professionnels en santé probablement plus en mesure de soutenir une éducation auprès des membres de la communauté.

Conformément au processus d'apprentissage, initialement développé en psychologie du comportement, une personne peut apprendre en observant (apprentissage observationnel) puis en imitant (apprentissage gestuel) le comportement d'un modèle, d'autant plus s'il existe des liens d'affinité, de confiance et de ressemblance favorisant alors un processus d'identification personnelle vis-à-vis du modèle (apprentissage émotionnel) (Solomon *et al.* 1984). En reproduisant les gestes observés, la personne est alors capable de comprendre les démarches accomplies dans l'adoption du comportement. La théorie de l'apprentissage social développée par Bandura est particulièrement utile parce qu'elle ne concerne pas seulement l'individu, mais aussi la réciprocité entre l'individu et son environnement. Elle met en outre l'accent sur le fait que le cognitif implique une compréhension du lien entre la cause et l'effet, entre l'action et ses conséquences, impliquant qu'une personne est motivée à apprendre si les conséquences de son comportement sont des renforcements positifs (Bandura *et al.* 1963). La personne développe alors une efficacité personnelle c'est à dire qu'elle devient consciente de sa capacité à adopter ce comportement dans sa vie quotidienne (Bandura *et al.* 1967).

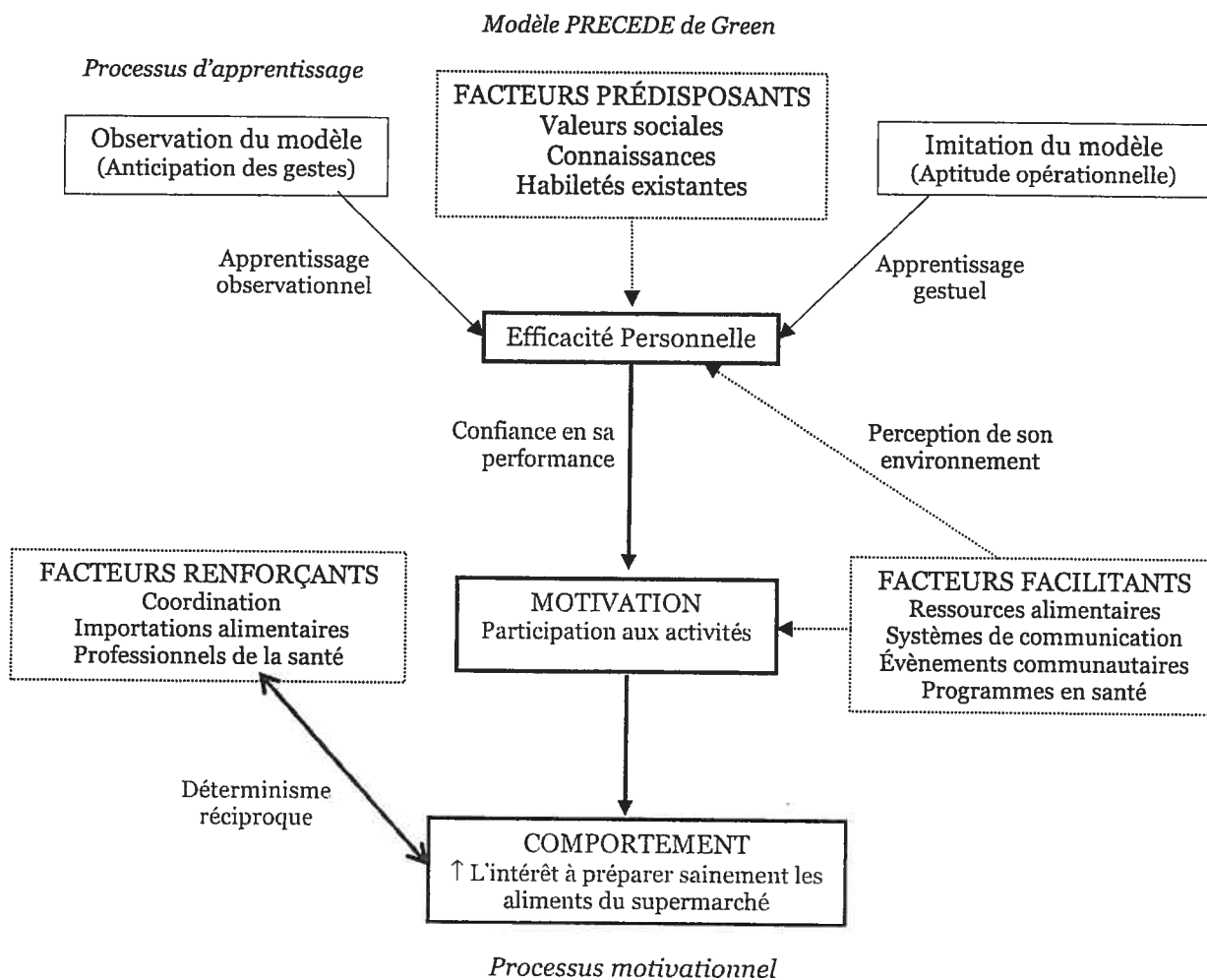
Le modèle suppose également que l'efficacité personnelle de l'individu, alliée au renforcement environnemental, peut directement agir sur sa motivation à s'impliquer dans les activités d'enseignement de la préparation adéquate des aliments. Cette composante s'exprime comme un médiateur entre les connaissances, les attitudes, les habiletés de l'individu et le nouveau comportement subséquent (Bandura 1977). En l'associant à l'implication communautaire, l'efficacité collective serait d'autant plus renforcée que l'intervention serait développée et contrôlée par les membres de la communauté eux-mêmes (Bandura 1982). Quelques études ont utilisé le concept d'efficacité personnelle dans la réduction du gras alimentaire (Ounpuu *et al.* 2000), notamment chez des individus obèses en montrant qu'une forte efficacité personnelle serait associée à une profonde motivation au changement (Clark *et al.* 1991). Par ailleurs, un autre modèle envisage un lien via la motivation, entre les facteurs de prédisposition et

de facilitation et le comportement selon ce que l'on peut appeler un processus motivationnel (Shortridge 1985).

La *figure 1* met finalement l'accent sur le déterminisme réciproque entre le processus décisionnel personnel et les influences externes de l'environnement physique et social qui favorisent et consolident la motivation. Si les participants trouvent un intérêt à cuisiner dans ce format d'activité, la demande subséquente d'aliments plus sains pourrait sensibiliser les décideurs à déployer des mesures nécessaires à la pérennité des activités, motiver les grossistes à améliorer l'approvisionnement alimentaire dans les communautés et enfin, mobiliser les professionnels de la santé à faire part de leur expertise dans l'intervention.

Notre stratégie d'évaluation est basée sur une documentation qualitative de la perception des membres impliqués dans les processus de planification et d'implantation du Projet «Chef Santé». L'évaluation est formative dans ce sens où elle inclut toutes les informations formelles et informelles recueillies à travers des discussions impromptues, des observations accidentelles, des impressions éventuelles vis-à-vis de la présence des intervenants dans la communauté et des questionnaires analysés. À la fin de cette analyse de la perception des participants, enrichie d'un regard professionnel sur l'organisation et le potentiel environnemental de la communauté, nous serons en mesure de savoir comment un tel format d'enseignement peut stimuler l'intérêt des participants à préparer les aliments de façon plus adéquate.

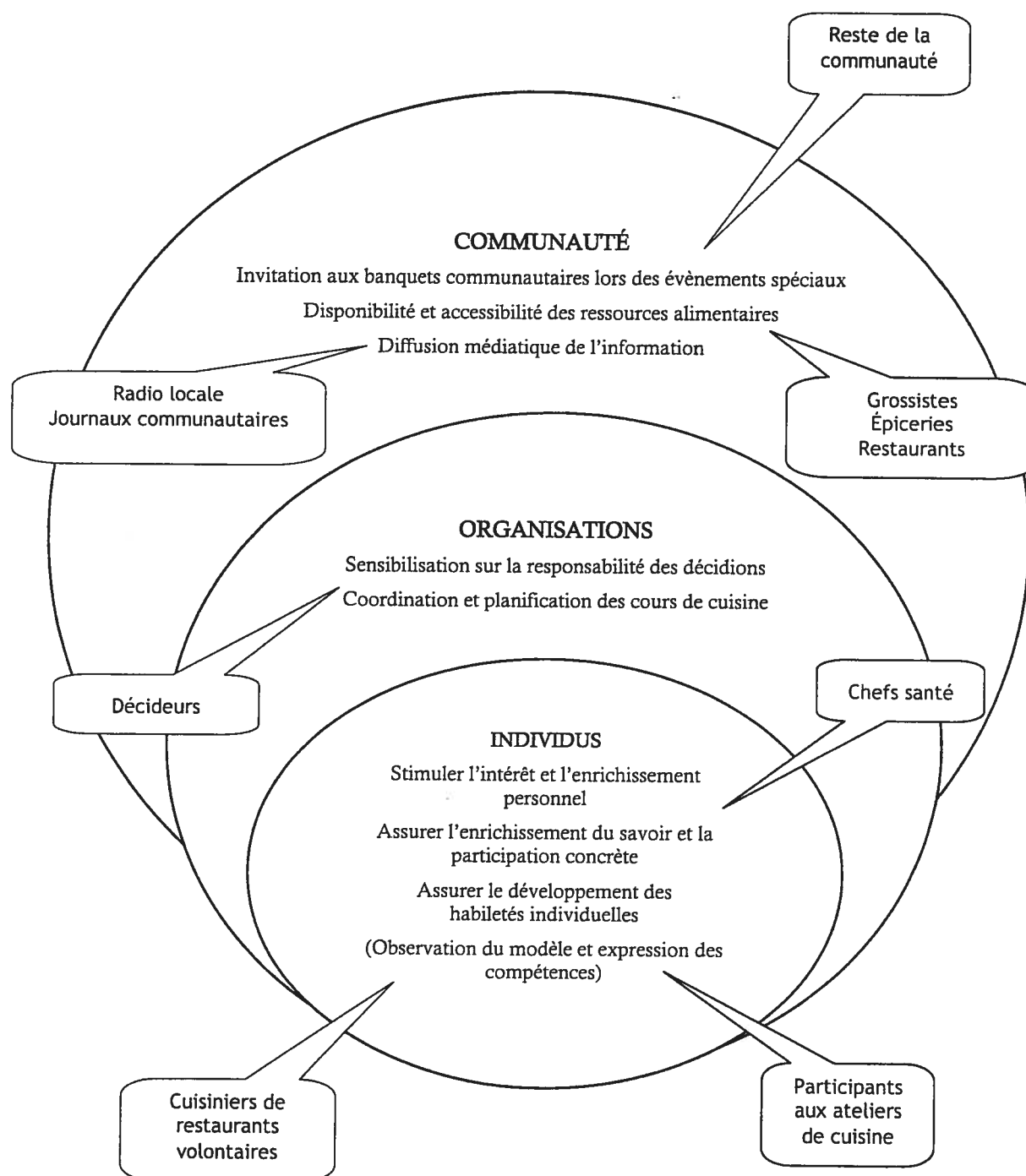
FIGURE 1 : Cadre conceptuel dans la stimulation de l'intérêt à cuisiner santé



La méthode d'évaluation de la présente étude a été développée à partir de trois sources principales. Tout d'abord, la littérature sur l'éducation et la promotion de la santé nous a conduit à croire en une approche participative profondément basée sur les prérogatives d'un épanouissement communautaire. Par ailleurs, les recommandations sur l'éthique de la recherche scientifique émanant de plusieurs interventions en milieu autochtone nous ont permis d'envisager l'adoption d'une stratégie qui soit appropriée pour stimuler les différents acteurs à s'exprimer librement sans les contraindre à quelque obligation. Les premières expériences dans les communautés ont enfin guidé notre intérêt vers une évaluation du format interventionnel sur des préoccupations d'ordre individuel, pédagogique, culinaire, organisationnel et environnemental.

Cette étude pourrait montrer qu'il est possible d'allier une diversité de membres de la coalition communautaire et de faciliter un contrôle réciproque entre les acteurs et leur environnement pour finalement stimuler la population crie à mieux utiliser les aliments du supermarché. Un enrichissement simultané à la fois organisationnel et environnemental serait un soutien solide pour que les personnes intéressées à renouveler les habiletés acquises puissent jouir des ressources nécessaires et profiter d'opportunités collectives pour enrichir leurs performances (*figure 2*).

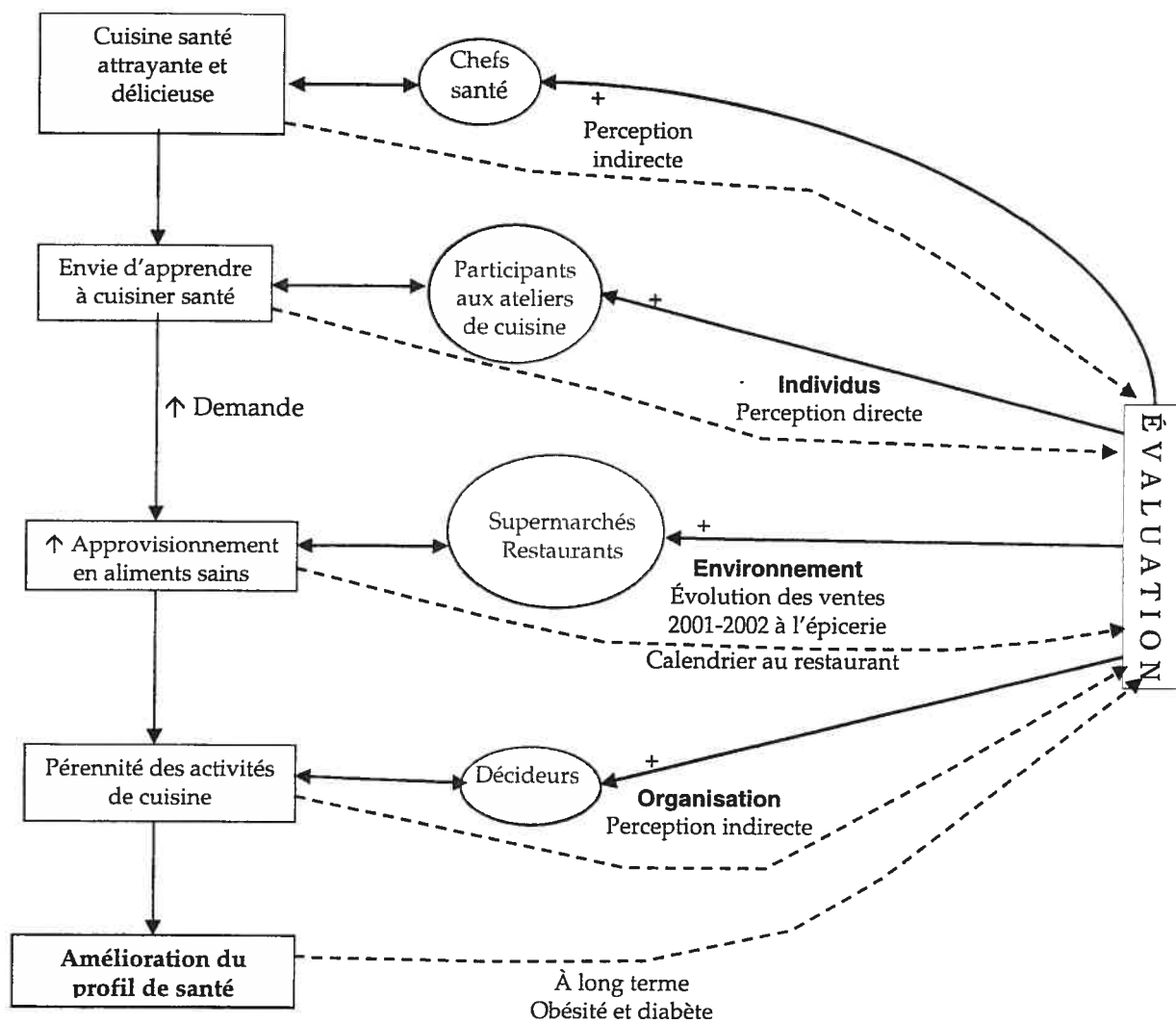
FIGURE 2 : *Processus d'application de l'approche participative comme stratégie d'évaluation*



Puisque les activités tentent de développer des habiletés individuelles et psychosociales dans un contexte propice, cette étude a pour objectif d'évaluer la qualité de la participation des acteurs de part un format d'éducation approprié. Outre les composantes propres aux ateliers de cuisine, il est essentiel de porter un regard plus large sur le format interventionnel ne serait-ce qu'au niveau de l'aspect organisationnel et des activités environnementales et ce, dans le but de solliciter des suggestions et de fournir des informations utiles pour la révision des activités et l'amélioration du projet. Parce que l'influence des résultats d'une évaluation avant l'implantation d'un programme est parfois minime sur la mobilisation des systèmes sous-jacents et sur la planification des interventions (Daniel 1999), cette évaluation, parallèle à l'implantation de l'intervention, vise ultérieurement à renseigner les coordinateurs sur les critères qui motiveraient l'intérêt des participants pour les aider à envisager des actions communautaires pertinentes.

Le plan d'évaluation présenté en *figure 3* spécifie un chemin par lequel l'implication des divers membres de la coalition dans l'évaluation permettra d'estimer principalement l'intérêt que les participants portent au format interventionnel proposé en se concentrant sur le fait que l'exploration des diverses perceptions locales est impérative pour favoriser l'intégrité culturelle et envisager une compréhension partagée des motivations de la communauté.

Finalement, le succès d'une modeste intervention à budget réduit pourrait séduire les communautés limitrophes désireuses de promouvoir une hygiène alimentaire plus saine. Si ce projet pilote se doit d'être un modèle, la documentation précise des démarches qui ont eu du succès auprès de la population sera utile à sa réplication potentielle à travers la région. La documentation franche et objective de l'intérêt des participants à cuisiner «santé» avec les aliments du supermarché pourrait d'une part, encourager les gérants à augmenter la disponibilité et les décideurs à utiliser le format pour planifier d'autres activités et d'autre part, favoriser l'exportation du format des activités hors de la communauté.

FIGURE 3 : *Modèle de l'évaluation participative*

CHAPITRE IV

MÉTHODES

1 PRÉSENTATION DE L'INTERVENTION ET DES DIVERS GROUPES D'ACTEURS

1.1 Intervention

L'identification des différents groupes d'acteurs concernés par le projet a été le fruit d'une série de communications : que ce soit au niveau du développement d'une équipe d'intervention pertinente, de la susceptibilité des communautés à participer ou de l'identification des membres intéressés à s'impliquer dans les activités voire dans l'évaluation. À partir de l'expertise de divers informateurs clés, nous devons chercher à reconnaître les personnes et les établissements qui, touchés par la problématique du projet, seraient intéressés à s'impliquer en vue d'exprimer leurs préoccupations à l'égard du format envisagé. Ces informateurs ont été capable de faire suffisamment preuve de pertinence et de concrétude dans leurs perceptions pour envisager l'émergence de stratégies éducatives prometteuses.

Le *tableau 1* résume les activités développées en fonction des groupes d'acteurs identifiés. La découverte de ces principaux acteurs est un processus émergeant au cours duquel nous devons assurer des stratégies visant à encourager leur participation soutenue. Les membres de l'équipe devaient, pour ainsi dire, établir leur crédibilité sur le terrain. Cette tâche est d'autant plus importante et plus difficile qu'il arrive, à l'occasion, que le terrain ait été «brûlé» par d'autres chercheurs ou intervenants (Fortin 1987).

TABLEAU 1 : *Développement des activités selon l'intérêt des groupes d'individus*

| GROUPE IDENTIFIÉ | | ACTIVITÉS DÉVELOPPÉES DANS LE CADRE DU PROJET «CHEF SANTÉ» |
|------------------|------------|--|
| Restaurants | Activités | Développement d'habiletés culinaires avec les cuisinières dans 2 restaurants à Eastmain et dans 1 restaurant à Mistissini Identification des produits adéquats dans le livre de commande avec la cuisinière en chef à Mistissini |
| | Outils | Distribution du manuel des recettes santé Photographies |
| | Évaluation | Observation en situation Entrevues avec les cuisinières des restaurants Formulaires de certification des <i>Menus Mieux Vivre</i> |
| | | |
| Épiceries | Activités | Démonstration de découpe de viande avec le boucher à Mistissini Tour du supermarché avec les employés à Mistissini pour la préparation des produits frais et l'information nécessaire pour guider le choix des consommateurs Tour du supermarché avec les clients à Mistissini pour guider les choix adéquats Dégustations de légumes et trempettes |
| | Outils | Distribution de prospectus pour orienter un panier alimentaire adéquat |
| | Évaluation | Entretien avec le gérant sur l'évolution des importations depuis 1 ans |
| | | |
| Garderies | Activités | Développement d'habiletés culinaires et nutritionnelles avec les cuisinières à Eastmain |
| | Outils | Photographies Dessins |
| | Évaluation | Observation en situation de l'appréciation des enfants et des restes |
| Écoles | Activités | Banquets pour le <i>Mois de la Nutrition</i> et la <i>Fête de la Science</i> à Eastmain |
| | Évaluation | Observation en situation de l'appréciation et des restes |
| Communauté | Activités | Ateliers de cuisine avec les membres volontaires de la communauté Banquets pour le <i>Mois de la nutrition</i> et la <i>journée du bien-être</i> à Mistissini Banquets pour le <i>Mois de la Nutrition</i> et la <i>Fête de la Science</i> à Eastmain |
| | Outils | Distribution du manuel des recettes santé Photographies |
| | Évaluation | Observation en situation Entrevues individuelles ou groupées avec les participants Questionnaires des décideurs Questionnaires des intervenants Observation en situation de l'appréciation et des restes |
| | | |
| | | |
| | | |

Simultanément à notre intervention dans les communautés crie, les événements communautaires organisés pour la promotion de la santé (Mois de la Nutrition, Marche du Diabète, Fête de la Science et Journée du Bien-être) présentaient une série d'opportunités idéales pour engager le Projet «Chef Santé». Le bombardement de campagnes de sensibilisation sur l'importance d'une alimentation adéquate pour le bien-être de la communauté, a permis au projet de s'immiscer tel un fait d'actualité en donnant aux habitants la possibilité de développer des habiletés culinaires saines avec les ressources localement disponibles.

L'intérêt de mener une évaluation formative dès les premiers pas dans les communautés vise à ce que le choix des sites et des informateurs soit conditionné par l'analyse en évolution plutôt que prédéterminée sur la base de critères « objectifs ». Ce processus marque une alternative à l'utilisation de théories établies dans des communautés qui ne sont finalement pas comparables. Le *tableau 2* résume les différentes activités développées lors des trois visites dans les communautés.

Le premier contact avec les communautés en juin 2001, bien que timide, fut l'occasion de présenter le projet aux divers services tenant une place essentielle dans le quotidien des communautés, en terme d'alimentation - restaurants, épiceries et garderies; phase indispensable à l'intégration de l'équipe grâce au soutien de certaines personnes clés, fortement impliquées dans la vie communautaire. Ce fut en outre le moment de procéder à une identification des ressources alimentaires disponibles dans les épiceries locales et dans les différents sites de restauration. Des formulaires de certification des *Menus Mieux Vivre* ont par ailleurs été complétés par la stagiaire diététiste, pour inventorier la disponibilité réelle des produits alimentaires dans les restaurants. Ces informations ont été utiles pour que les chefs puissent envisager des recettes cohérentes avec le milieu et les tester avec la communauté durant les diverses activités pour l'élaboration ultime d'un manuel de recettes populaires.

L'expertise des personnes ressources et professionnels de la santé nous a aidé à cibler les priorités de chaque communauté et découvrir des établissements prêts à accueillir le déroulement des activités (restaurants, écoles et garderies) ainsi que les personnes intéressées à y participer. Les chefs et la diététiste ont alors été invités à travailler en collaboration avec les cuisinières pour imaginer des plats qui puissent être appréciés tout en suivant les recommandations du guide alimentaire. Une des intentions du moment était d'identifier le niveau d'acceptation des plats auprès des enfants de la garderie, des cuisinières et clients des restaurants, et d'observer les réactions populaires face au savoir-faire des chefs lors des banquets communautaires.

L'idée de faire un recensement des atouts que présente l'environnement dès la première visite, visait à connecter ces aptitudes contextuelles à des opportunités d'action de façon à amener *à posteriori* les gens à se rendre compte des qualités de la communauté. Cette forme informelle d'analyse du contexte est décrite dans la littérature à travers des techniques participatives et d'observation directe (Sharpe *et al.* 2000, Nichols 2002, Laperrière 1997).

Des activités de cuisine incluant la participation des volontaires de la communauté furent organisées lors de notre seconde visite, en novembre 2001. Ce fut l'occasion d'introduire une première version du manuel contenant de nouvelles recettes adaptées après la première visite. Les restaurants ont par ailleurs, accepté de renouveler l'activité de préparation d'un menu en collaboration avec les intervenants. Lors de la distribution du manuel au personnel de cuisine, un calendrier a été annexé en vu d'identifier les recettes potentielles qui seraient utilisées en notre absence (*annexe I₄*). La réalisation d'un banquet ouvert à la communauté, en l'honneur du mois du diabète, voulait nous a permis de juger *à priori* d'une appréciation plus générale vis-à-vis du style culinaire arboré. Les participants impliqués dans la conception de ce buffet ont pu se rendre compte de leur propre potentiel à élaborer une cuisine de qualité qui de surcroît, semblait appréciée de la plupart des invités. Malgré une estimation informelle de l'intérêt des participants, la majorité évoqua un profond désir de revoir les «chefs santé» et le souhait d'approfondir les habiletés qu'ils venaient d'apprendre durant les activités.

Finalement, en avril 2002, des activités semblables à la visite précédente furent développées à savoir : des ateliers de cuisine avec de nouveaux volontaires de la communauté dans les cuisines des écoles ; des démonstrations culinaires avec le personnel des restaurants ; la conception des banquets communautaires dans le cadre de la Fête de la Science à l'école de Eastmain, et de la Journée du Bien-être à Mistissini. Cette ultime rencontre avec les communautés visait principalement l'utilisation formelle du matériel élaboré pour l'évaluation formative d'un projet pilote, voué à augmenter l'intérêt de la communauté à préparer de façon plus adéquate les aliments disponibles au supermarché. Le présent défi avait pour objectif de concevoir un format d'activité capable de satisfaire aux exigences de la population - développement des habiletés nécessaires à la préparation des aliments - et qui puisse motiver les gens à participer - enseignement harmonieux et stimulant pour cuisiner sainement. Les gérants des épiceries ont enfin été sollicités pour relater l'évolution annuelle de la disponibilité des produits alimentaires et de la restructuration du magasin.

TABLEAU 2 : *Calendrier des activités dans le cadre du projet «Chef Santé»*

| VISITE PRÉLIMINAIRE | DÉBUT DES ACTIVITÉS | | ÉVALUATION FORMATIVE |
|--|---|---|---|
| | <i>MOIS DU DIABÈTE</i> | <i>MOIS DE LA NUTRITION</i> | |
| Juin 2001 | Novembre 2001 | Mars 2002 | Mars 2002 |
| Tour des services de consommation (épiceries et restaurants - écoles et garderies) | Tour du supermarché | Identification des produits adéquats sur le livre des commandes (restaurants) | Entretien avec les gérants des épiceries sur l'évolution des imports alimentaires |
| Identification des produits adéquats sur le livre des commandes (restaurants et épiceries) | Démonstration de découpe de viande avec le boucher de l'épicerie de Mistissini | | Entrevues avec les cuisinières des restaurants |
| Inventaire des ressources alimentaires disponibles | Identification des produits adéquats sur le livre des commandes (restaurants) | Utilisation de la version 2 du manuel des recettes | Entrevues avec les participants |
| | Inventaire des ressources alimentaires disponibles | | Questionnaires pour les décideurs |
| | Utilisation de la version 1 du manuel des recettes | | Questionnaires pour les «chefs santé» |
| Formulaires <i>Menus Mieux Vivre</i> dans les restaurants | | Formulaires <i>Menu Mieux Vivre</i> dans les restaurants | |
| Démonstrations culinaires avec les cuisinières (restaurants et garderies) | Démonstrations culinaires avec les cuisinières (restaurants) | Démonstrations culinaires avec les cuisinières (restaurants) | |
| | Ateliers de cuisine avec les volontaires | Ateliers de cuisine avec les volontaires | |
| | Banquet communautaire | Banquets communautaires | |
| | Prospectus distribués à l'épicerie de Mistissini pour guider un panier équilibré | | |
| | Courte conférence sur les groupes alimentaires (retransmise en cri sur la radio locale) | | |
| | Séance questions-réponses sur la radio locale (traduite en cri) | | |

1.2 Groupes d'acteurs

Le Projet «Chef Santé» a rassemblé quatre catégories d'acteurs directement impliqués dans le processus : les décideurs, en tant que coordinateurs des différentes activités communautaires ; les intervenants, qui assurent leur déroulement pédagogique ; les participants, en tant que bénéficiaires du programme d'éducation nutritionnelle ; et le personnel des divers services de consommation, en tant que facilitateurs de l'environnement communautaire.

1.2.1 Les décideurs

Dans la présente étude, ce processus démarre par un premier contact avec les coordinateurs de santé publique des communautés responsables de la planification et de l'orientation des programmes communautaires pour la promotion de la santé. Plusieurs programmes en santé sont déjà actifs dans les communautés notamment en terme d'une meilleure alimentation concernant les enfants, dans le cadre d'une éducation pour la santé en milieu scolaire, et l'ensemble de la communauté de par la publication de récits personnels, de matériel informatifs pour le développement de bonnes habitudes. Cette orientation marque le début de notre collaboration et l'idée d'envisager des activités qui puissent impliquer la participation concrète des membres de la communauté et stimuler leur intérêt à préparer les produits du supermarché de façon plus adéquate. Ce faisant, l'idée était d'appliquer une approche participative comme stratégie d'évaluation formative en vue de renforcer le format des activités proposées.

1.2.2 Les intervenants

Pour envisager une éducation sur la cuisine «santé», les activités doivent assurer un savoir-faire culinaire qui puisse être renforcé d'une initiation nutritionnelle. Ce projet s'est fondé sur une collaboration entre des «chefs santé» et des diététistes. Les intervenants œuvraient donc pour une pratique culinaire dynamique et originale en proposant systématiquement des explications aux gestes déployés. Un projet d'éducation dans ces communautés doit pouvoir contrecarrer le scepticisme croissant face aux abus en matière de l'alimentation «santé» qui ne cessent de s'introduire à torts et à travers dans la société.

LES «CHEFS SANTÉ»

Plusieurs chefs cuisiniers du Québec ont choisi de mêler la gastronomie et la santé en vue d'apporter le soutien nécessaire pour encourager les efforts de la population à maintenir un bon équilibre nutritionnel. Pour que leur établissement soit certifié, ils acceptent de diminuer l'apport en matières grasses dans la cuisine qu'ils élaborent et offrent ainsi aux consommateurs un environnement alimentaire meilleur. Le processus de certification les amène à intégrer le Réseau des Menus Mieux Vivre qui s'insère dans le pool des programmes en santé communautaire de Montréal sous la coordination de Lorraine D. Paquette (Réseau des Menus Mieux Vivre 1989). Chaque année, un concours est organisé pour élire un «Chef Santé» qui puisse se distinguer de l'ordre par son passé et ses expériences gastronomiques et par une application exemplaire d'une cuisine adéquate au quotidien. Deux chefs santé ont consenti à participer à cette intervention d'éducation nutritionnelle dans les communautés de la Baie James en vue de trouver un format d'enseignement qui puisse être acceptable sur le territoire. Bien qu'ils arborent un type de cuisine étranger au contexte, souvent par l'utilisation de produits nouveaux, nous étions intéressés de connaître les réactions populaires éprouvées face à leur savoir-faire et les réflexions propices à un format d'activité plus approprié.

LES DIÉTÉTISTES

En vue d'accompagner les chefs dans leur enseignement et assurer une qualité nutritionnelle à l'éducation, des étudiants diététistes du département de nutrition de l'Université de Montréal ont été sollicités dans le cadre de leur stage communautaire. Cette collaboration chef-diététiste nous semblait fort intéressante, mais impliquait une rotation systématique des membres de l'équipe lors des diverses visites dans les communautés, au risque de rendre le contact difficile avec les participants et de nuire à l'établissement d'une confiance vis-à-vis du discours nutritionnel. En collaboration avec deux diététistes du bureau de santé publique de Montréal-Centre, les stagiaires ont assuré la standardisation des recettes imaginées par les chefs selon les recommandations de Santé Canada. Ces recettes ont été regroupées dans un manuel évoluant selon trois versions successives pour s'adapter aux opinions éprouvées à son égard. La version finale n'a pu encore être publiée étant donné que certaines contraintes budgétaires se sont imposées. Un échantillon du manuel présenté en *annexe I₂* illustre deux des recettes les plus populaires lors des banquets communautaires.

1.2.3 Les participants

La sollicitation des membres de la communauté pour participer aux ateliers de cuisine a été assurée par le bureau local de santé publique depuis lequel l'information était diffusée. Bien qu'à l'origine, il nous importait d'offrir des activités à l'ensemble de la population, les coordinateurs d'une des communautés en ont décidé autrement en limitant l'inscription aux jeunes mères célibataires de la communauté. Cette condition restait toutefois compatible avec le problème à l'étude considérant la population féminine crie plus marquée par le phénomène de l'obésité (Receveur *et al.* 2003).

1.2.4 Les services de consommation

En ce qui concerne l'implication des services alimentaires, les premiers contacts ont pu être établis par l'entremise de conférences téléphoniques avant même notre présence sur le territoire. Étaient en ligne, les principaux décideurs de santé publique en coalition avec les responsables des services de consommation séduits par le projet. Ces communications à distance ont été l'opportunité de discuter de la tournure que devait prendre l'intervention pour être le plus en accord avec les possibilités organisationnelles, environnementales et humaines.

LES ÉPICERIES

Les deux épiceries de Eastmain ont précocement été sollicitées pour participer au projet, mais une seule a réellement été impliquée dans l'évaluation formative. Bien que Mistissini ne présente qu'un seul supermarché, celui-ci est comparable à ceux rencontrés dans les grandes villes et propose un vaste choix de produits à la différence non négligeable, que la diversité au niveau des produits frais et congelés reste relativement rare. Il n'a pas fallu de temps pour voir les gérants de l'Axep s'immiscer dans le projet avec toutes sortes d'idées opportunes.

LES RESTAURANTS

Alors qu'à Eastmain, les deux restaurants appartiennent au Conseil de Bande, ceux de Mistissini sont privés et tenus par des propriétaires autochtones. Toutefois, un seul établissement a exprimé un profond désir de participer à l'intervention : le Restaurant Denise. Pourtant sensibilisé par la problématique du projet, les préoccupations du second ne reflétaient pas le format envisagé. Les dirigeants de Eastmain, étant à l'origine du projet, nous ont offert l'opportunité d'agir dans les deux services alimentaires publics de l'hôtel communautaire, le Mandow Inn et du complexe sportif, le Meet Goomg Soo.

LES GARDERIES

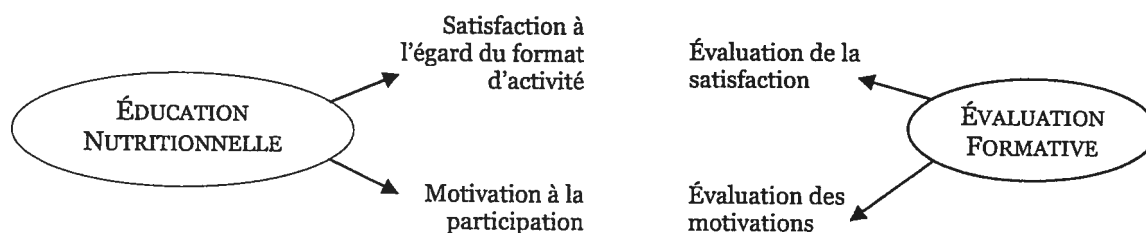
Les employés des garderies ayant un impact non négligeable dans le développement gustatif des enfants, les coordinateurs locaux étaient intéressés à l'idée de les impliquer dans le présent projet. Cette initiative nous a paru tout à fait opportune pour étendre l'intervention à un nouveau groupe d'acteurs et de plus, elle offrait un moyen d'évaluer la réaction des enfants à l'égard de la cuisine élaborée. Alors que l'investigation dans la garderie de Mistissini ne s'est limitée qu'à une simple visite informelle, à Eastmain, les intervenants ont eu l'occasion de travailler en collaboration avec les cuisinières pour élaborer le repas du midi des enfants.

2 MÉTHODOLOGIE D'ÉVALUATION

La revue des écrits ayant mis en évidence l'importance de faire participer les principaux groupes d'acteurs au processus d'évaluation et d'adapter la stratégie évaluative au contexte d'application, nous avons opté pour une approche participative. Une des conséquences de l'adoption d'une telle approche est que le protocole d'investigation ne peut être entièrement déterminé à l'avance, les décisions ne pouvant être retenues qu'à l'issue de négociations progressives avec les différents acteurs concernés par l'application du processus d'évaluation.

En règle générale, le chercheur ne connaît pas le terrain avant de démarrer sa recherche, tout comme les acteurs locaux ne connaissent pas les intervenants, de sorte qu'une phase d'appropriation réciproque est souvent nécessaire pour favoriser la confiance mutuelle et la réalisation de l'étude. En outre, ce qui importe essentiellement dans une évaluation est de vérifier si les objectifs de l'intervention sont atteints (*figure 4*) et dans le cas où elle est formative, de savoir dans quelle mesure le format d'activité proposé peut être amélioré en vue d'optimiser l'implication et la participation des membres de la communauté.

FIGURE 4 : *Relation entre les objectifs du projet et les objectifs de l'évaluation*



Le but de cette évaluation participative vise, dans un premier temps, à argumenter l'intérêt éprouvé par les participants à l'idée de développer de telles activités dans la communauté - degré de satisfaction comparé entre les divers acteurs de l'évaluation. Dans un deuxième temps, l'analyse vise à dessiner un format d'activité basé sur les motivations des participants et cohérent vis-à-vis des particularités socioculturelles et du potentiel environnemental. Un schéma interventionnel pertinent pourrait de surcroît motiver la participation de la population et idéalement stimuler les participants à utiliser de façon autonome les habiletés entretenues durant les sessions de cuisine.

Le *tableau 3* donne un aperçu des méthodes de collecte de données prévues en fonction du type d'information à recueillir pour répondre aux questions soulevées par la problématique du projet. Il nous semblait important de profiter de la complémentarité des différentes techniques qualitatives pour corroborer les propos. Nous nous sommes ici éloignés de la simple description des faits matériels pour appréhender, d'une part, la signification que les participants ont donné aux pratiques enseignées par les intervenants et d'autre part, le rapport qui s'est construit entre ce genre d'activité et leur intérêt à y participer.

TABLEAU 3 : *Choix des méthodes de collecte selon le type d'information visé*

| TYPE D'INFORMATION | MÉTHODES DE COLLECTE DE DONNÉES |
|---|--|
| Inventaire des ressources alimentaires locales et identification des opportunités environnementales | Observation directe Entretien avec les gérants des épiceries Formulaires de certification Photographies et notes de terrain |
| Caractéristiques de l'évolution du projet et articulation du déroulement des activités | Réunions et conférences téléphoniques avec les coordinateurs locaux des activités Rapports rédigés par les intervenants lors des visites Observation directe |
| Perception des participants et analyse des facteurs d'influence | Observation directe Entrevues avec les participants et cuisinières des restaurants Questionnaires des décideurs et intervenants Photographies de terrain |
| Possibilités organisationnelles en vue de l'implantation d'un programme d'éducation nutritionnelle | Questionnaires des décideurs et intervenants |

2.1 Observation en situation

Ce type de recherche est apparenté à l'approche plus générale du travail de terrain ou de l'approche ethnographique. Comme dans les sciences pures, l'observation s'est révélée être une condition première de la construction du savoir en sciences sociale. Désormais, elle figure systématiquement à côté des autres techniques de recueil du matériel qualitatif, lorsque les méthodes d'investigation traditionnelles ne permettent pas de découvrir les réalités d'un monde relativement fermé. Le but de cet exercice d'observation visait à décrire le milieu, les activités qui s'y sont déroulées, le comportement des participants et la signification qu'ils semblaient donner aux divers événements. Le contact direct et personnel avec les participants offrait ainsi une occasion de percevoir le contexte d'application des activités selon une vision plus holistique. Ce rôle nous semble important en vue d'appréhender des attitudes, de mieux comprendre comment les gens semblent interpréter les activités et de découvrir les phénomènes qui se rattachent au format éducationnel. L'observation directe, rendant compte de la réalité d'une pratique de recherche, a finalement permis de donner au projet une direction qui à l'origine, était imprévisible.

2.2 Questionnaires

Basé sur la mesure quantitative de variables psychosociales définies dans le cadre conceptuel - efficacité personnelle, attitudes ou connaissances, le questionnaire aurait principalement ciblé un changement de comportement alimentaire, négligeant alors notre volonté première de collecter de l'information propre à l'adaptation du format des activités. Or, d'une part, le mode de communication local s'est avéré incompatible avec des questions fermées qui auraient finalement omis les informations les plus pertinentes; d'autre part, notre intérêt visait à identifier des critères de participation en vue d'orienter les activités dans le sens souhaité et maximiser les chances d'implication de la communauté, d'où l'aspect formatif de l'évaluation. Ce projet pilote n'a pas la prétention de cibler un changement de comportement mais simplement, de rendre compte du degré d'implication des différents membres de la communauté et d'identifier les motivations qui caractérisent leur participation.

Dans ce cadre, les observations faites lors des premières investigations dans les communautés nous ont poussés à envisager un questionnaire de nature semi-structurée où seraient abordés les thèmes généraux sur lesquels nous cherchions à dégager une compréhension fine. Les questions ont été développées dans le but d'une part, d'identifier les motivations et préoccupations sous-jacentes au format interventionnel et d'autre part, d'optimiser l'implication et la participation des acteurs locaux dans des activités communément dessinées. Le *tableau 4* retrace le plan du questionnaire préalablement envisagé pour aborder les sujets d'intérêt.

Toutefois, nous trouvions intéressant de mettre en évidence une mesure comparée du degré de satisfaction entre les divers acteurs de l'évaluation - participants, restaurants, décideurs et intervenants - vis-à-vis des composantes principales de l'intervention à savoir, le format des ateliers, la participation des intervenants, l'élaboration du manuel des recettes, les opportunités environnementales impliquant les services de consommation et les buffets communautaires et enfin, les préoccupations d'ordre organisationnel. Les réponses ont donc été administrées sur une échelle commune de mesure basée sur l'expression de figurines populaires de «très triste» (très insatisfaisant) à «très heureux» (très satisfaisant) - *annexe I₄*.

TABLEAU 4 : *Plan du questionnaire d'évaluation du format interventionnel*

| |
|--|
| 1. <u>Évaluation du format de l'activité de cuisine</u> |
| Appréciation quant au format global des activités de cuisine |
| Appréciation quant à la participation des intervenants |
| Appréciation quant à l'élaboration d'un manuel de recettes |
| 2. <u>Évaluation de l'intérêt des participants à participer</u> |
| Identification des facteurs stimulant la participation |
| 3. <u>Évaluation vis-à-vis des opportunités environnementales</u> |
| Préoccupations environnementales |
| Préoccupations communautaires |
| 4. <u>Évaluation vis-à-vis des possibilités organisationnelles par les participants</u> |
| Préoccupations organisationnelles |
| Proposition de stratégies pour augmenter l'intérêt à cuisiner les aliments de l'épicerie |
| Proposition de stratégie d'évaluation de la satisfaction des gens |

Le *tableau 5* donne un aperçu de l'effectif à différents niveaux d'expertise dans chaque communauté. Au désarroi de plusieurs auteurs, les entrevues n'ont pas été enregistrées puisque la situation ne s'y prêtait pas, notre simple présence étant suffisamment troublante pour les répondants. Cependant, sur la base de notes prises lors des entretiens, les données ont été transcrites aussitôt que possible pour éviter toute omission ou faute de sens. Dans le cas exceptionnel où le répondant ne maîtrisait pas parfaitement la langue anglaise utilisée dans les questionnaires, la traduction en cri était simultanément assurée par une coordinatrice locale. Nous avons par ailleurs profité des photographies prises durant les diverses activités de cuisine, comme support visuel, afin de favoriser l'expression de détails propres à la remémoration des événements.

Des entrevues groupées ont tout d'abord été conduites avec les volontaires impliqués dans les ateliers de cuisine. Nous considérons cette forme de dialogue comme un moyen de faciliter l'échange verbal avec les répondants et tenter de comprendre le sens du phénomène à l'étude tel qu'ils le perçoivent. Les questions ont été posées et ajustées oralement afin d'éviter tout contre-sens, stimuler la parole et favoriser l'interaction entre les répondants. Lorsque les photographies ne s'y prêtaient pas, la conversation prenait appui sur certaines anecdotes afin d'éveiller le souvenir des participants. Ceux qui n'ont pu se joindre à la discussion ont par ailleurs

accepté un face-à-face individuel. Qu'elles soient individuelles ou groupées, les entrevues se sont déroulées suivant les mêmes règles d'expression et n'ont pas excédé une heure. Tous les volontaires pour l'évaluation étaient des femmes et pour la majorité, des mères de famille.

Des entrevues individuelles ont de plus été dirigées avec les cuisinières - toutes des femmes également - impliquées dans l'activité avec les restaurants. Le point de rendez-vous était fixé par les répondants qui décidaient du moment et du lieu propices afin de favoriser un environnement à priori réconfortant, calme et stimulant. De la même manière, la conversation était animée de façon souple par l'évaluateur (K.G), se laissant guider par le flux des idées émises. Les entrevues ont duré entre 30 min et 2h suivant un format semi structuré pour générer assez de flexibilité et insister sur des thèmes d'intérêt.

Pour renforcer les propos des participants, il est important de s'appuyer sur une perspective à différents niveaux d'implication dans l'intervention. Le but étant de couvrir l'ensemble des opinions de la communauté, les personnes ressources peuvent aider à articuler le discours des participants selon une expertise organisationnelle, éducative ou encore environnementale. Le questionnaire semi structuré a alors été administré auprès des coordinateurs de santé publique - les organisateurs - et auprès des «chefs santé», responsables de l'enseignement. Notre présence ne semblait pas nécessaire considérant la facilité d'expression qui les caractérise. Les réponses ont, en outre, été immédiatement transcrites pour contrecarrer une mauvaise compréhension des énoncés. Quant à l'aspect environnemental, l'entretien avec les gérants rendait compte des changements apportés dans les épiceries en l'espace d'une année, tant au niveau de la disponibilité des produits qu'au niveau de la restructuration des magasins.

TABLEAU 5 : *Rôle et effectif des différents acteurs de l'évaluation*

| RÉPONDANTS | EASTMAIN | MISTISSINI | TOTAL |
|---|-----------------------------------|---|-------|
| PARTICIPANTS AUX ATELIERS DE CUISINE | 1 entrevue individuelle | 2 entrevues individuelles | 13 |
| | 1 entrevue groupée de 5 personnes | 1 entrevue groupée de 5 personnes (avortée) | |
| CUISINIÈRES DES RESTAURANTS | 3 entrevues | 1 entrevue groupée de 2 personnes | 5 |
| COORDINATEURS DU BUREAU LOCAL DE SANTÉ PUBLIQUE | 1 questionnaire | 1 questionnaire | 2 |
| CHEFS SANTÉ | 1 questionnaire | 1 questionnaire | 2 |
| GÉRANTS DES ÉPICERIES LOCALES | 1 entretien | 1 entretien | 2 |
| TOTAL | 12 | 12 | 24 |

2.3 Autres méthodes de collecte des données

La plupart des décisions méthodologiques ont finalement été influencées par les observations que nous avons faites lors des premières rencontres avec la population. Il nous importait d'envisager un protocole d'évaluation souple afin de l'ajuster aux circonstances imprévues.

D'autres approches ont été utilisées pour enrichir la documentation du projet, incluant les notes de terrain concernant les activités, les rapports de réunions et de conférences téléphoniques, les conversations informelles et les comptes rendus systématiques de chacun des intervenants. Néanmoins, plusieurs outils qui avaient été prévus en vue d'apporter aux perceptions des cuisinières au restaurant une réalité environnementale, n'ont pu être appliqués. L'idée première était d'identifier une évolution potentielle des ressources alimentaires dans les restaurants à l'aide de formulaires de certification. Une autre stratégie tentait de rendre compte d'une éventuelle réutilisation des recettes du manuel au restaurant en spécifiant le renouvellement sur un calendrier apposé au livre. Cependant, dans sa version inachevée, le manuel ne permettait pas l'application de cette méthode.

3 ANALYSE QUALITATIVE DES DONNÉES

3.1 Fréquences

Une échelle de satisfaction a été utilisée en tête de chaque groupe de questions pour faire ressortir une opinion globale face aux diverses composantes du format interventionnel et dégager une mesure comparée de la satisfaction entre les différents groupes d'acteurs. La graduation est représentée par des figurines populaires qui révèlent de façon simple et rapide le degré d'appréciation ressenti. Ainsi, les réponses possibles s'échelonnent de «très insatisfaisant» à «très satisfaisant» selon que le répondant n'a pas du tout apprécié ou a beaucoup apprécié le sujet discuté. Les données ont ensuite été regroupées et traitées à l'aide du logiciel statistique SigmaPlot afin de les traduire sous une forme graphique éloquente.

3.2 Analyse du contenu

L'analyse du contenu des discussions et des entrevues prévoit d'identifier d'une part, les facteurs clés impliqués dans le succès du format des activités et d'autre part, les indicateurs de la motivation à y participer; cela, dans le but ultime de savoir si les participants ressentent réellement l'intérêt et la volonté suffisants pour cuisiner sainement avec des produits disponibles au supermarché. La démarche choisie pour cette évaluation formative s'inscrit dans une méthodologie d'analyse qualitative appelée théorisation ancrée et adaptée de la grounded theory de Glaser et Strauss (Glaser *et al.* 1967), où par définition, une théorie émerge à partir des données récoltées au lieu de les précéder (Lincoln *et al.* 1985). La théorisation vise ainsi à dégager le sens d'un événement en mettant en relation tous les éléments d'une situation dans un schéma explicatif, c'est-à-dire renouveler la compréhension d'un phénomène en le mettant différemment en lumière. Elle va en quelque sorte articuler et coordonner progressivement un ensemble de phénomènes en assurant simultanément une étroite correspondance avec les données empiriques dans la mesure d'un contact renouvelé avec le terrain.

Fondamentalement, la logique de l'analyse est réitérée, dans le sens où elle procède par retouches successives en vue d'atteindre une transparence maximale des concepts directeurs. Elle s'inspire d'un acte de conceptualisation plutôt que de comptage et de codification d'expressions énoncées par les informateurs. Il faut comprendre que ce procédé complexe de conceptualisation

du corpus de données plus ou moins formelles n'est atteint que progressivement et à travers diverses phases d'analyse qualitative (Strauss *et al.* 1990).

Selon une réadaptation de l'approche de Strauss entreprise par Pierre Paillé dans ses cahiers de recherche sociologique, une succession d'étapes caractérise l'évolution de l'analyse par théorisation ancrée : la codification vise à décortiquer littéralement les données brutes pour en étiqueter chaque élément ; la catégorisation, durant laquelle les aspects les plus importants du phénomène commencent à être nommés ; la mise en relation consiste à dégager des liens possibles entre catégories ; l'intégration, où l'on tente de cerner l'essentiel du propos ; la modélisation reproduit la dynamique du phénomène ; et enfin, la théorisation qui achève une construction multidimensionnelle du phénomène (Paillet 1994). S'identifier à cette forme d'analyse semble une idée intéressante du fait de son intime ressemblance avec notre propre cheminement, à la différence près qu'au départ, nous ne cherchions pas l'explication d'un phénomène, mais voulions plutôt argumenter l'intérêt des participants vis-à-vis d'un format d'activité proposé. Finalement inspirée de la méthode par théorisation ancrée, notre analyse tente de porter un regard subtil sur le phénomène à l'étude de manière à faire progressivement ressortir des données de base, une sensibilité conceptuelle pénétrante qui puisse dessiner un format pertinent et stimulant.

Chaque entrevue a directement été adaptée selon le potentiel d'intégration et de compréhension du répondant. Il n'est pas rare que certaines questions aient été reformulées après maintes tentatives et chaque fois, différemment des conversations précédentes. Toute personne a sa propre compréhension des questions ; en tant qu'évaluateur, nous devons montrer suffisamment de flexibilité et de patience pour en assurer un parfait entendement. Les questionnaires originaux sont présentés en *annexe II*. Les items tout d'abord administrés aux participants et au personnel des restaurants visaient à identifier les points forts et les barrières rencontrés durant les ateliers de cuisine. L'investigation auprès des chefs semblait intéressante pour confirmer certaines présomptions et souligner des propos prioritaires ; l'expertise auprès des décideurs, quant à elle, recherchait un regard externe du même ordre culturel sur les possibilités organisationnelles, voire environnementales du projet.

Pour faciliter l'analyse du corpus, toutes les réponses ont été rassemblées par type de question, en prenant soin de traiter séparément les réponses des participants de celles des cuisinières, des décideurs et des chefs, étant donnée la divergence de leurs points d'intérêt. L'analyse prioritaire de la perception des participants ne doit cependant pas négliger celle des autres répondants pour en affiner la compréhension du phénomène. Cette méthode d'analyse croisée est importante pour l'acheminement d'une analyse fiable et rigoureuse. Notons, par

ailleurs, que les répétitions de sens retrouvées dans les énoncés ne sont pas forcément des répétitions de perception : chaque mot ayant une pertinence propre dans l'analyse qualitative, il est tout à fait légitime de les conserver intégralement.

Le travail de codification représente un exercice de force et de ténacité pour un analyste débutant. Il s'agit évidemment, après plusieurs lectures attentives de la transcription des entrevues, de dégager et relever presque ligne par ligne les propos pertinents. Il est en outre important de noter que ce travail, aussi langoureux fut-il, a été allégé par l'expression synthétique de la perception des membres de la communauté. En fin de compte, cette forme de communication concise et conceptuellement riche a permis de dégager rapidement de nombreux thèmes qui ont, malgré tout, rendu lourde la tâche suivante de conceptualisation. Le procédé laborieux reste toutefois dans la qualification des verbatims en les résumant et en les thématissant le plus fidèlement possible sachant que les boucles de rétroaction durant cette étape sont nombreuses (*annexe III*). Nous rappelons que les réponses des divers groupes d'acteurs ne sont pas confondues mais analysées simultanément pour mieux identifier les idées communes et définir un thème pour un même phénomène. Il arrive que nous cherchions vainement le terme juste, mais parfois, cette expression évocatrice émane du témoignage lui-même, dans ces conditions rêvées où le répondant exprime un parfait esprit de synthèse. Durant cette première phase, il est essentiel d'éviter toute interprétation car la fiabilité finale de l'analyse va essentiellement dépendre de l'intime attachement avec la réalité des opinions exprimées.

En vue de corroborer les faits et d'assurer une crédibilité des propositions générées par les questionnaires, il nous semblait nécessaire d'appliquer une triangulation en combinant diverses sources d'information, voire plusieurs méthodes d'analyse. La théorisation ancrée mettant tout d'abord en scène une comparaison incessante d'idées qui émergent de l'analyse avec les observations faites en situation, permet de percevoir les subtilités de l'aspect émotionnel des propositions. La superposition de témoignages d'acteurs différents est par ailleurs utile pour cerner et mieux articuler les motivations qui poussent à la participation. Lorsque plusieurs observateurs s'accordent pour décrire une situation dans les mêmes termes, la validité de cette description s'accroît. La combinaison des énoncés des divers acteurs est ainsi intéressante pour explorer les différentes perspectives du phénomène de participation et capturer l'essence de la satisfaction des participants en envisageant la confirmation des propos et construire un format d'intervention exclusivement basé sur la communauté en regard des possibilités humaines, organisationnelles et environnementales.

4 CONSIDÉRATION ÉTHIQUE

Avant d'engager les démarches d'évaluation auprès des différents acteurs des communautés cibles, le protocole de recherche a été approuvé par le comité d'éthique de l'Université de Montréal (*annexe I₅*).

Une participation volontaire des membres des communautés a été sollicitée par les coordinateurs locaux du projet. Les participants désireux de s'exprimer ont ensuite été invités à faire part de leurs points de vue sur les diverses composantes du format interventionnel. Les répondants volontaires ont au préalable signé leur accord quant au processus évaluatif et ce, à travers un formulaire de consentement les informant des objectifs de l'évaluation et de la confidentialité subséquentes des réponses, en insistant sur le fait que leur perception ne viendrait en aucun cas entraver leur participation au projet.

CHAPITRE V

RÉSULTATS

1 IDENTIFICATION DES FACTEURS D'INFLUENCE DANS LE PROCESSUS DE PARTICIPATION

1.1 Degré de satisfaction face au format interventionnel

Les résultats sont présentés selon le rôle du répondant dans le projet (participant, personnel cuisinier, décideur ou intervenant) et en regard des divers aspects de l'intervention (*figure 5*). Alors qu'initialement, l'effectif des répondants montrait un partage équitable entre les deux communautés (*tableau 5*) la représentation graphique reflète une nette distinction dans le taux de réponses en faveur de la communauté de Eastmain où le taux de sans-réponse y est infime. Une telle marge effective renvoie à l'hypothèse que la présence d'une facilitatrice locale pour la plupart des entrevues à Eastmain, a probablement favorisé la communication avec des répondants en mesure de s'exprimer dans leur langue natale.

LA SATISFACTION FACE AU FORMAT INTERVENTIONNEL

Dans l'ensemble, la plupart des opinions concernant les différents aspects du format des activités dévoilent une appréciation positive qui se situe au-delà de l'indifférence. Cette satisfaction, qui s'est d'ailleurs profondément faite ressentir auprès des participants, semble principalement liée à la participation des intervenants et dans une moindre mesure, à l'élaboration du manuel des recettes.

La présence des chefs marque, unanimement chez tous les groupes d'acteurs, un critère décisif de l'intérêt des participants. D'après plusieurs témoignages, un profond enthousiasme est créé dès lors que les candidats peuvent profiter du savoir et observer le savoir-faire des intervenants en présence.

Par ailleurs, l'idée de rassembler dans le manuel des recettes nouvellement connues et appréciées du public, semble approuvée par les quelques répondants activement impliqués dans la préparation des aliments. Leurs préoccupations tournent majoritairement autour de l'importance de proposer des plats qui ne seraient plus étrangers à la population que ce soit dans les services de restauration, durant les événements communautaires ou bien, au sein même des familles.

L'INTENTION FACE AUX PRÉOCCUPATIONS D'ORDRE ORGANISATIONNEL

Une évidence se fait ressentir au niveau de l'intérêt accru des participants à développer de nouvelles habiletés qui puissent agrémenter, de façon adéquate, la disponibilité actuelle des aliments dans les communautés. Cet intérêt se retrouve chez les autres catégories de répondants, dont l'opinion externe vient renforcer les énoncés proposés. Tous expriment le désir d'apprendre à cuisiner autrement, sans pour autant éradiquer les aliments habituellement consommés et appréciés des communautés.

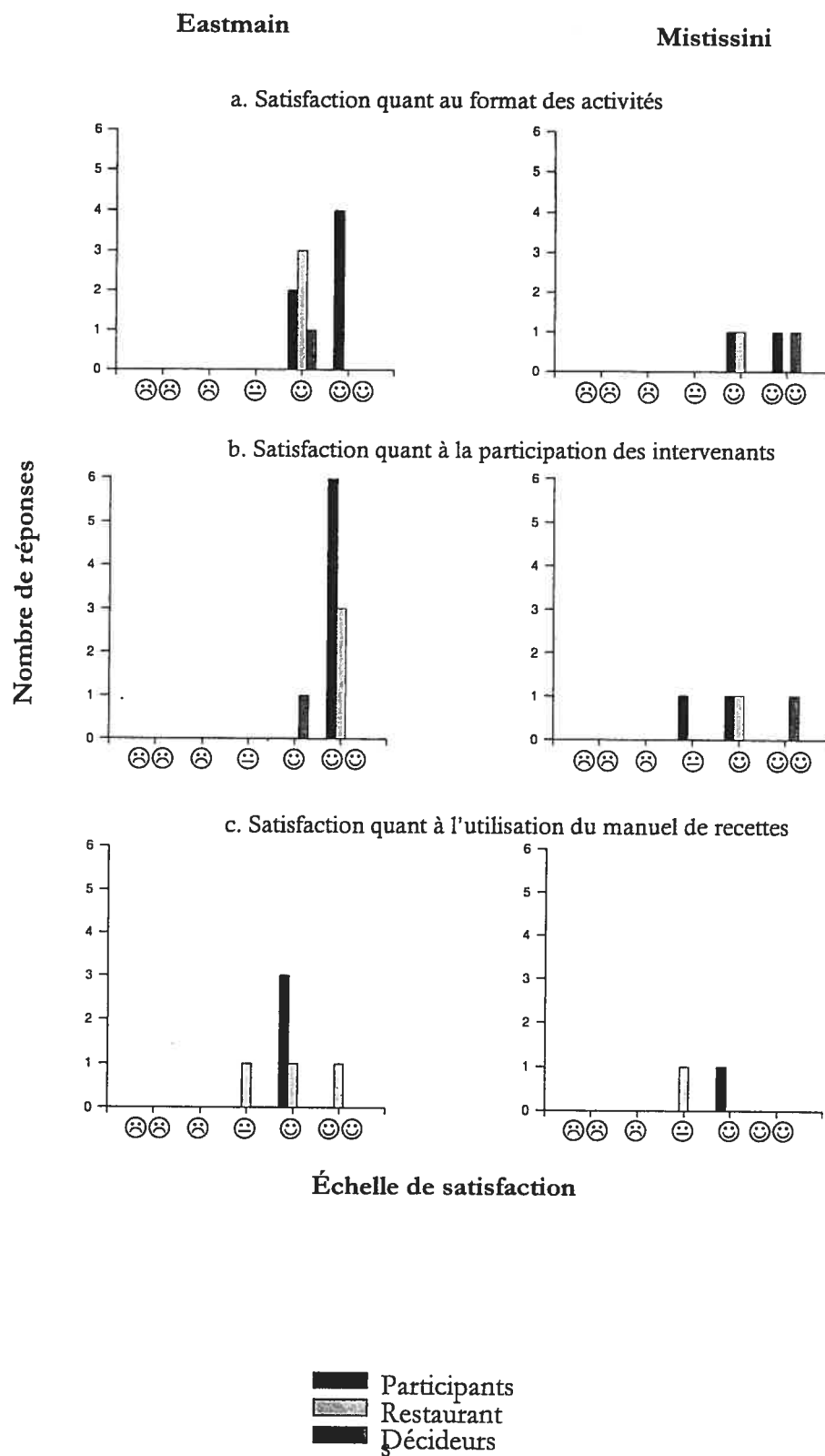
Parallèlement, les répondants expriment une forte susceptibilité à s'impliquer de nouveau dans ce genre d'activités, si elles se voyaient planifiées sur une base régulière. Il semble nécessaire à leurs yeux qu'une éducation nutritionnelle soit sérieusement entreprise dans les communautés. D'après eux, les gens ne seraient sans doute pas indifférents face à un format qui persiste à viser principalement une pratique des gestes culinaires observés, en répondant subtilement aux préoccupations nutritionnelles.

Cette intention de renouveler l'expérience culinaire se reflète, à moindre degré, dans l'utilisation future du manuel des recettes. La susceptibilité des répondants à utiliser ce manuel de façon autonome se trouve, en outre, partagée sur l'échelle de satisfaction avec plus ou moins de force sans toutefois, évoquer une intention négative.

L'INFLUENCE DES OPPORTUNITÉS ENVIRONNEMENTALES SUR LE RESTE DE LA COMMUNAUTÉ

Bien que généralement positives, une des réponses d'Eastmain semble douter du fait que les banquets communautaires puissent stimuler le reste de la communauté à participer aux activités. Ce différent pourrait légitimement s'expliquer par le fait que culturellement, les fêtes rassemblant l'ensemble de la communauté autour d'un festin, supposent la préparation de plats traditionnels fidèles au savoir-faire des aînés.

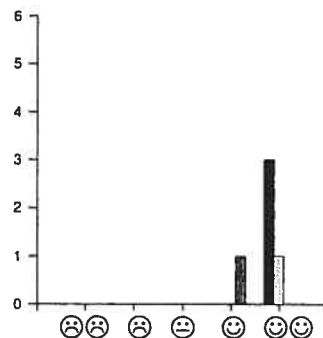
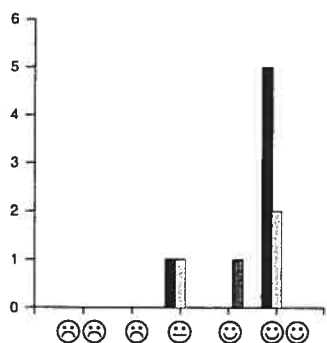
FIGURE 5 : *Mesure comparée du degré de satisfaction des divers groupes d'acteurs en regard des composantes du format interventionnel*



Eastmain

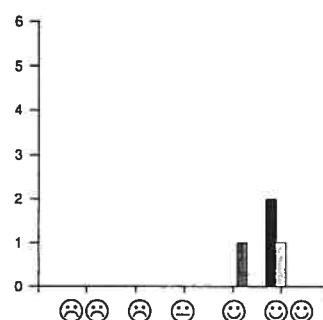
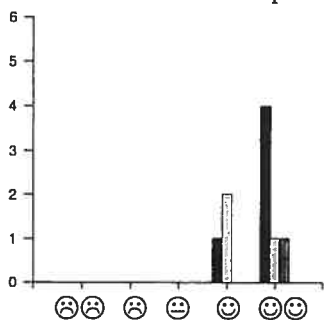
Mistissini

d. Intérêt quant à l'amélioration des habiletés culinaires

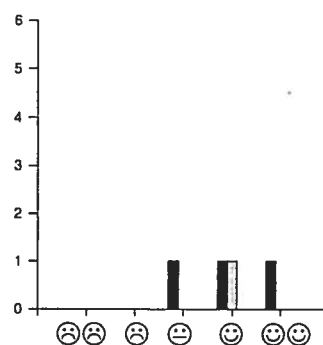
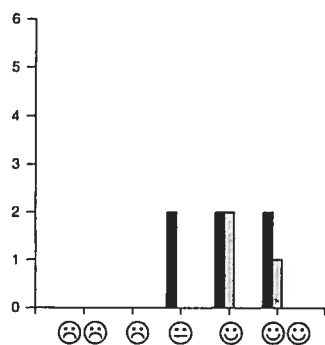


Nombre de réponses

e. Intention quant à la participation soutenue aux activités



f. Intention quant à l'utilisation autonome du manuel de recettes



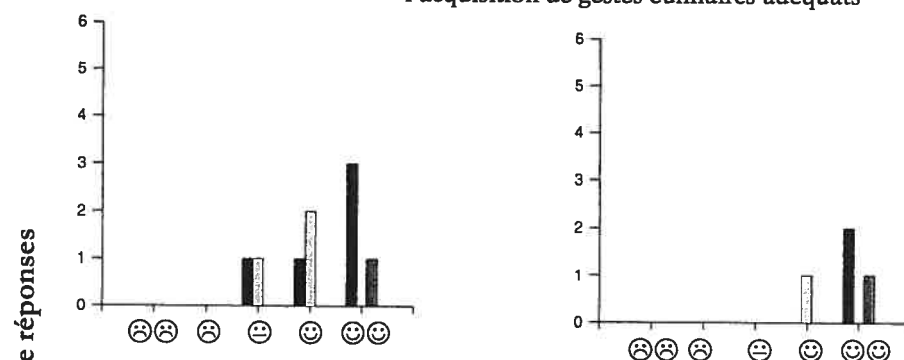
Échelle de satisfaction

■ Participants
 ■ Restaurant
 ■ Décideurs

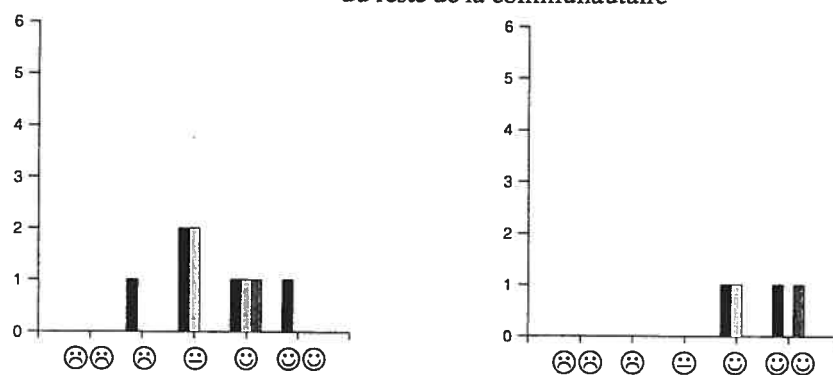
Eastmain

Mistissini

g. Influence de la planification continue des activités sur l'acquisition de gestes culinaires adéquats



h. Influence des banquets communautaires sur l'implication du reste de la communauté



Échelle de satisfaction

■ Participants
 □ Restaurant
 ■ Décideurs

1.2 Facteurs potentiels de motivation à la participation

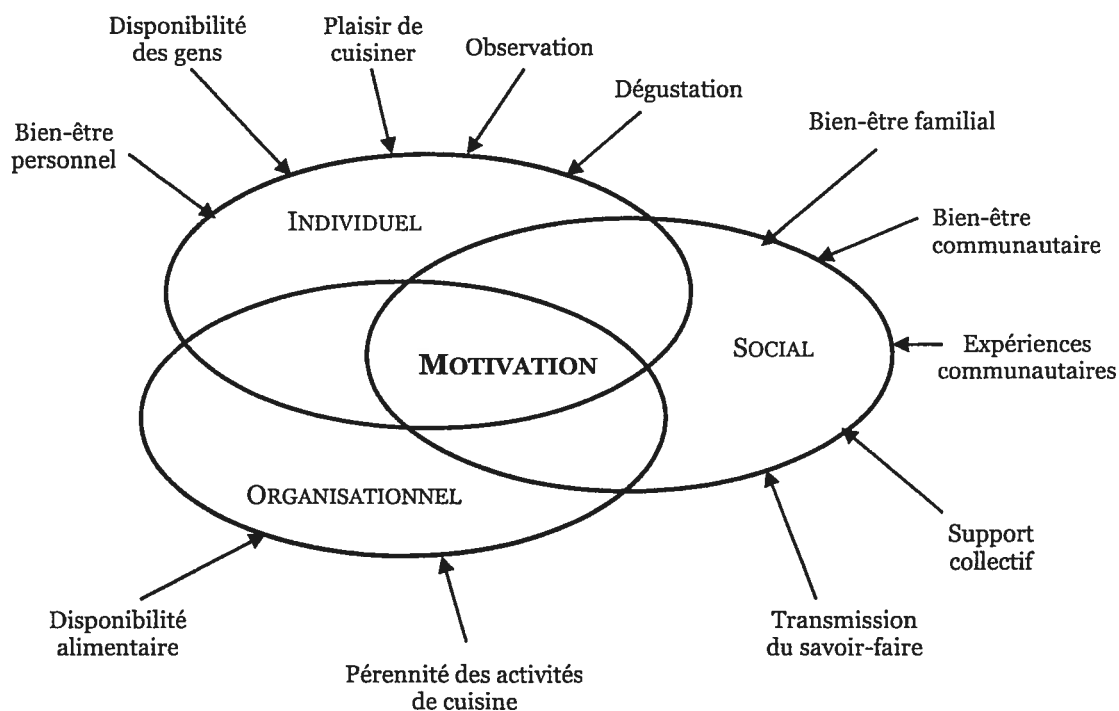
Les observations en situation entreprises lors des premiers essais de l'intervention, nous ont permis d'identifier, de façon plus ou moins formelle, certains critères susceptibles de stimuler l'intérêt des individus à participer aux activités. Ces facteurs ont ensuite été intégrés dans le questionnaire pour valider leur responsabilité potentielle dans le processus motivationnel des participants. La question proposait un choix de réponses fermées pour savoir si, oui ou non, les facteurs énumérés pouvaient stimuler le répondant, ou d'autres membres de la communauté, à participer aux activités. Le *tableau 6* rassemble l'ensemble des propositions recueillies selon les groupes d'acteurs investigués.

Ces taux ne donnent qu'un aperçu limité de l'impact réel des facteurs énumérés sur la participation des membres, d'autant plus que le nombre restreint de réponses ne permet pas d'affirmer, ni de généraliser leur implication à plus grande échelle. La plupart des critères semblent cependant jouer un rôle relativement important, en ce sens que la moyenne voire la totalité des répondants les approuvent. À l'unanimité, l'intérêt à observer la façon dont les chefs utilisent les aliments de l'épicerie, voire l'envie subséquente d'apprendre leurs gestes, semblent profondément agir sur la motivation des participants. De même, la dégustation des plats, le fait de cuisiner en groupe, le bien-être de la famille et celui de la communauté sont des aspects essentiels aux yeux des participants. L'approche qualitative nous pousse à accorder une attention particulière à la perception des acteurs principaux, sans pour autant nier l'opinion des pairs. Bien que certains éléments n'aient pas la même importance chez les différentes classes de répondants, la majorité évoque une influence non négligeable dans la pertinence d'un format renforçant.

La *figure 6* subséquentement construite, reflète une hiérarchisation de ces déterminants selon qu'ils émanent d'un aspect individuel, social ou organisationnel. Notons, par ailleurs, que nous trouvons légitime d'agrémenter ce schéma préliminaire par d'autres propositions pertinentes ressorties de conversations anodines durant les activités et les entrevues. Par exemple, le degré de disponibilité des gens et l'impact d'une expérience communautaire semblent aussi jouer un rôle dans la stimulation des participants. En outre, le bien-être communautaire sous-entend également celui des clients; quant à la transmission du savoir-faire, elle reflète en quelque sorte le partage des nouvelles recettes avec la famille.

TABLEAU 6 : *Facteurs potentiels de motivation à la participation*

| | PARTICIPANTS | RESTAURANTS | DÉCIDEURS | INTERVENANTS |
|---|--------------|-------------|-----------|--------------|
| Le plaisir de cuisiner | 8/8 | 3/4 | 1/2 | 1/2 ou 2/2 |
| Le plaisir de partager des recettes à la maison | 8/8 | 2/4 | 0/2 | 0/2 |
| Déguster des plats de qualité | 8/8 | 4/4 | 1/2 | 2/2 |
| Observer la façon dont les chefs utilisent les aliments de l'épicerie | 8/8 | 4/4 | 2/2 | 2/2 |
| Apprendre et accroître ses habiletés à cuisiner | 8/8 | 4/4 | 2/2 | 2/2 |
| Cuisiner en groupe | 8/8 | 4/4 | 1/2 | 1/2 |
| Son bien-être personnel | 7/8 | 4/4 | 2/2 | 2/2 |
| Le bien-être de sa famille | 7/8 | 4/4 | 2/2 | 2/2 |
| Le bien-être des clients | — | 4/4 | 2/2 | 0/2 ou 1/2 |
| Le bien-être de l'ensemble de la communauté | 8/8 | — | 2/2 | 2/2 |

FIGURE 6 : *Organisation des facteurs potentiels de motivation à la participation*

2 APPLICATION DU PROCESSUS D'ANALYSE SELON LA THÉORISATION ANCRÉE

Le processus d'analyse vise la construction d'une interprétation théorique de la situation à l'étude. Nous chercherons, en quelque sorte, à concentrer toutes les réponses des questionnaires pour les articuler sous forme d'un schéma explicatif. Nous n'accéderons à la théorisation des énoncés que progressivement, à la suite d'un processus évolutif de dissection des transcrits et d'intégrations chaque fois plus spécifiques, en gardant constamment un regard intime avec nos observations en situation. La spécificité théorique s'affinera au fil de l'analyse, précieusement appuyée de l'expérience retenue du terrain. Cette évolution graduelle va permettre une définition de plus en plus minutieuse de nos données, de façon à rendre autant que possible une transparence dans la signification du discours des participants. En définitive, nous voudrions savoir dans quelle mesure les activités envisagées peuvent stimuler l'intérêt des gens à préparer les aliments importés de façon appropriée. À plus grande échelle, il serait intéressant de savoir comment cette intervention pourrait permettre de proposer un choix meilleur de produits dans les services alimentaires.

2.1 Thématisation du corpus de base

Pour structurer la perception des idées essentielles à travers les quatre corpus initiaux, les thèmes ³ sont tout d'abord répartis selon qu'ils réfèrent aux aspects psychosocial et individuel, culinaire, pédagogique ou environnemental. Ils sont présentés suivant l'exemple d'autres travaux (Tarasuk *et al.* 1999, Onyskiw *et al.* 1999).

ASPECTS PSYCHOSOCIAL ET INDIVIDUEL

La conscientisation : Les jeunes mères participantes sont conscientes de l'importance d'adopter des habitudes alimentaires adéquates. Leur présence est guidée par la croyance que l'alimentation est un moyen naturel de promouvoir quotidiennement le bien-être de la communauté.

«We have to find a natural way of being healthy. The food is an important point because you definitely can expect that people will be better if they prepare their meals in a healthier way»
 «They are really open now because everybody knows that there is a problem with the food. They are ready to try something better for them» «People are more conscious about their weight these days»

³ Présentés en italique dans leur section respective et par la suite, dans le texte.

L'investigation auprès des services alimentaires fait rejaillir de façon identique une sensibilisation du personnel des restaurants et des épiceries.

«We are really open to change with using less fat and less sugar because that is really needed»

Il paraît en outre important que cette conscientisation s'étende à l'ensemble de la communauté pour accroître l'intérêt à s'impliquer dans des actions communautaires.

«Our community presents a lot of diabetes and obesity so we need to promote awareness for people to increase their interest»

La contribution : Les répondants perçoivent les activités comme une opportunité de connaître les aliments adéquats localement disponibles et d'apprendre à les apprêter. Le thème évoque le sentiment de participer au bien-être collectif et la chance d'aider les chefs à la préparation des banquets communautaires.

«To get the chance to help out on cooking a healthy meal» «By letting us cut fruits or vegetables and prepare the desert with them»

La complicité : Les participants relatent une formidable entente, une communication décontractée et une grande expression par le rire avec les chefs en présence.

«They were fun » « I wanted the chef to know people because he is really nice»

L'impatience : Les participants ont besoin de savoir comment accéder à l'information, comment porter des jugements sur la réelle validité de l'information. Les volontaires acceptent de participer parce qu'ils attendent quelque chose des activités. Ils sont guidés par l'urgence à faire face, de manière certaine, au diagnostic épidémiologique actuel et l'expriment par la hâte d'utiliser avec confiance des gestes adéquats dans leur quotidien. Ceci ressort du discours des décideurs de manière indirecte en réalisant que la montée du diabète augmente dramatiquement.

«We have to make sure that we use healthy meals and quick!» «We have a fast increase of people with diabetes/high pressure, etc»

La famille : Une forte influence inhérente de l'entourage proche des répondants sur la volonté de cuisiner de façon plus saine, particulièrement à l'égard des enfants.

«To always eat healthy food with my family» «To get the kids eat healthier» «For my family and friends» «To teach my mum how to cook better because I don't really like cooking» «because I have a sixteen-month baby and my mother is diabetic»

Le jugement : Bien que la pression des pairs puisse parfois avoir une influence décourageante pour la pérennité des pratiques enseignées, elle peut dans certains cas se révéler encourageante, notamment lorsque la satisfaction vient de la bouche des enfants.

«I liked when a lot of kids were eating at the buffet because not many kids eat a lot of healthy food. And they liked it» «I liked when you cooked at the restaurant because after you left, people said that was very good and fries had some taste» «People said sometimes "it's too healthy!". Maybe customers would like something more appetizing or nutritious»

Le groupe : L'esprit du regroupement, l'idée de masse est un soutien collectif face à la nouveauté, à l'étrangeté qui peut motiver l'implication et renforcer la participation des membres. Le fait d'être à plusieurs à cuisiner une même recette est ressenti comme une raison principale de leur présence de même qu'un atout formidable pour les aider à mieux comprendre en se concertant.

«I guess it can be easier to understand when we are several»

Le public : Bien que les femmes autochtones soient les plus à risque face aux problèmes nutritionnels, l'initiative de restreindre la participation aux jeunes mères célibataires est condamnée par certains répondants, qui voudraient des ateliers plus populaires. L'encouragement par l'effet de groupe est tel que les participants ont souvent évoqué l'envie de voir participer plus de monde toute catégories inclues, y compris des hommes. La médiatisation des activités semble nécessaire pour élargir le groupe de participants et étendre l'implication vers les professionnels de la santé. Il semble important que tous les membres de la communauté soient invités à participer sans cibler une catégorie spécifique de la population puisque le projet vise avant tout une promotion de la nutrition saine.

«You cannot decide which people to invite. Actually everybody was not invited because that was especially restricted to young single mothers. I would have enjoyed inviting my husband. Husbands can cook too. They would enjoy that!» «To do workshops with people who are interested to learn about how to prepare healthy food»

Le discours des décideurs vient renforcer la perception d'un manque d'implication, mais en regard d'une plus large coalition des services communautaires, tels les garderies et les centres de soins. D'une manière plus spécifique, les intervenants renforceraient l'efficacité du programme en ciblant la nouvelle génération parce que les jeunes arrivent à un âge où leurs préférences alimentaires se développent et seraient alors plus sensibles à l'adoption des gestes présentés.

«I had hope that the Daycare Centre and the Reception Centre would be more involved»
«Travailler avec les enfants, car si nous leur donnons des bonnes habitudes alimentaires dès leur jeune âge, nous risquons qu'ils les conservent plus tard»

L'ASPECT CULINAIRE

La bienfaisance : Les répondants semblent donner beaucoup d'importance à cet aspect de la cuisine, dans le sens où elle reflète une préoccupation majeure de la qualité de vie de la communauté. La satisfaction la plus forte se fait ressentir dans la faculté de combiner dessert et santé et de manger sainement sans pour autant prohiber les gâteaux de son alimentation.

«To make a cake without the oil and cut fancy fruits» «You can still cook dessert and still enjoy the taste even if there is less fat, less oil» «To make my body healthier» «I am still young and I want to be healthier when I will be old»

Il faut cependant faire attention à la définition du terme «santé». Bien que la majorité des participants entrevoit l'alimentation «santé» comme une des priorités du projet, les intervenants font une différence dans la signification du terme lorsqu'il est utilisé au sein de la communauté.

«Pour eux, manger santé est une question de survie alors que pour nous, citoyens des grandes villes, manger santé c'est bon chic, bon genre!»

De plus, selon leur regard expert sur la situation des besoins culinaires réels, l'enseignement d'une alimentation adéquate nécessiterait d'abord qu'ils comprennent certains gestes de base. De toute évidence, il leur manque des règles fondamentales pour une utilisation simple des aliments.

«La bonne alimentation (saine) n'est pas une priorité dans l'échelle de leurs besoins de base»

Par ailleurs, certains font allusion au concept «santé» trop souvent utilisé faussement que ce soit à l'épicerie, sur les étiquettes de certains produits, ou lors de formations précédentes. Il faut croire que leur croyance à l'égard du concept est incertaine et semble être responsable d'une certaine méfiance à l'égard des intervenants.

«(The last chef who came) ordered tenderflakes to use it and he did most of the things the "chefs santé" don't want to use» «We used healthy recipes, but sometimes the claim of a healthy recipe is not always true»

La compétence des intervenants et de l'enseignement ressort spontanément dans les propos.

«They definitely know what to do with these kinds of products» «They did a good job»

Les décideurs reconnaissent également le talent des intervenants et leur don de pouvoir improviser des recettes délicieuses avec les produits identifiés dans les communautés.

«They have the knowledge of doing healthier recipes with the market food»

La nouveauté : L'accent est de plus placé sur la découverte d'aliments inhabituellement consommés, bien qu'accessibles dans les épiceries locales. Un certain contraste s'impose cependant entre l'idée de nouveauté de la cuisine développée et l'attrance que les gens éprouvent toujours à l'égard de l'aspect traditionnel de l'alimentation, notamment chez les anciens.

«Everything was impressive and was new for me because I am not really a cook» «Eating and preparing new recipes» «People could be stimulated by new meals. But not the elders» «Don't propose poutine all the time»

Pour éviter les erreurs du passé, les décideurs locaux sont sensibilisés par la nécessité d'offrir un enseignement adapté à l'importation des nouveaux aliments; sans cela, les gens ne verront pas d'intérêt à les consommer.

«If people learn these new skills»

Les cuisinières des restaurants ont néanmoins dénoncé l'idée d'un renouveau dans les menus. Elles sont tout à fait ouvertes à améliorer la qualité du menu en se limitant à une simple diminution de l'apport en gras. L'intention de conserver les plats régulièrement préparés sur le menu semble évidente et basée sur une préoccupation.

«Keep dishes on the menu and just change little things or add foods that are good and nutritious. You better provide us skills to cook rice, potatoes and to prepare sauces adapted with such kinds of meal»

Les intervenants ne le perçoivent pas vraiment de la même manière :

«Il faut comprendre que pour eux, cuisiner des poutines et des hamburgers est moins exigeant que de préparer certains plats plus élaborés»

La tradition : Le thème découle initialement d'une confusion dans le sens de la question concernant les avantages des banquets organisés lors des événements traditionnels - l'expression «fêtes communautaires» utilisée dans les questionnaires renvoyait non intentionnellement aux repas traditionnels de la communauté. Néanmoins, ce contre-sens a permis de dégager une préoccupation tout à fait intéressante. L'objectif premier des intervenants n'était pas de modifier l'alimentation traditionnelle, parce qu'elle émane d'un savoir-faire profondément ancré dans la culture, mais d'essayer de guider les participants vers une utilisation plus adéquate des produits importés. C'est pourquoi le manque d'expertise en terme de cuisine culturelle ne permettait pas d'envisager des recettes traditionnelles. Pourtant, certains répondants souhaitent que les ateliers puissent aider les gens à cuisiner de façon plus saine les aliments traditionnels dont les plats impliquent généralement l'utilisation de produits inadéquats. Idéalement, ils proposent de

développer des recettes en abordant une manière adéquate d'apprêter les plats traditionnels. D'après les décideurs, les chefs auraient l'expertise idéale pour apprêter les aliments traditionnels sans pour autant perdre la saveur habituelle recherchée par les locaux.

«We have to show people a healthier way of cooking traditional food» «To teach how to replace traditional food with store brought»

La problématique ne vient pas de l'alimentation traditionnelle en tant que telle, puisque adéquate, mais émane plutôt des nouvelles pratiques associées à l'ouverture du marché dans les communautés depuis quelques années.

«The present way of cooking is more fattening than the traditional food» «I can eat more healthy food instead of eating traditional food»

La diversité : Le fait que chaque groupe cuisine un plat différent semble intéresser les personnes impliquées dans les ateliers, d'autant plus si les ingrédients utilisés sont populaires. Ils sont alors confrontés à plusieurs façons d'apprêter les aliments.

«The fact that any work was different (was appreciated). Each group cooked something different: chicken, fish» «I want to be able to have variety (when I cook on my own)»

Idéalement, les cuisinières des restaurants voudraient renforcer cette caractéristique de l'enseignement en vu d'intégrer plus de recettes.

«May be you should propose more recipes inside the book» «More variety»

La créativité : L'excitation des participants se ressent dans la manière d'élaborer des plats originaux et de présenter des plats avec beaucoup d'élégance. L'idée de présenter des plats joliment décorés peut attirer l'attention des gens et entraîner la curiosité d'y goûter, notamment chez les enfants.

«They showed us how to make fancy food with vegetables and little flowers» «The way the "chefs santé" worked for preparing the food»

La sophistication : Bien que la plupart des participants ait trouvé cette créativité intéressante et surprenante, d'autres, notamment les cuisinières des restaurants, ont rejeté cette fantaisie tant dans la présentation des mets (trop long et complexe à faire soi-même) que dans leur appellation qui devient alors incompréhensible pour le client parce qu'un nom exotique ne l'informe plus sur la composition du plat. Certaines cuisinières préféreraient proposer une cuisine plus familiale. Leur discours est important vu qu'elles sont expertes de leur environnement proche, à savoir le goût et les choix des clients

«Meals were too fancy, too much spices on them, too complicated to do» «Too much fancy could leave people with the impression that it too complicated to do. Personally I want to make exactly what it looks like» «About the apricot cake, there is a mistake in the name because the real one I guess is "fruit pudding". It is not a cake, it is a pudding and there are more fruits than just apricots. You know if you falsely call something, people won't eat what they don't know... Avoid fancy names because people want to know exactly what is in the meal»

La dégustation : L'ensemble des participants observés ressent une grande satisfaction vis-à-vis des plats qu'ils ont préparé. Les témoignages évoquent ce même plaisir à déguster les plats.

«They liked the taste of the food you prepared» «The cake!» «Eating the food!» «Tasting, smelling and touching the food» «Everybody could be interested by tasting healthier food» «If customers were told that a chef from outside is in town doing the cooking at local restaurant maybe they would come out and taste the food»

Selon les décideurs, la capacité à manger les aliments utilisés dans les recettes, peut réellement contribuer au bien-être communautaire.

«Being able to eat food from the recipes»

L'ASPECT PÉDAGOGIQUE

L'enseignement : Ce thème réfère de manière générale à l'excitation éprouvée à l'égard d'un enrichissement qui intègre à la fois une éducation culinaire et nutritionnelle. Les participants observés ont montré une immense attention à l'idée d'apprendre de nouvelles choses en combinant plaisir et bienfaisance.

«(I enjoyed) the cooks teaching us how to make things healthier» «To learn how to cut fruits and vegetables» «To learn about preparing healthy meals» «To learn more about cooking and preparing a healthy meal» «To learn more about what is good for you. What are the best things to cook?»

La spécification : Les participants évoquent néanmoins le besoin d'approfondir certains aspects de l'enseignement culinaire - le dosage des aliments, les portions adéquates, l'utilisation des épices - et de l'éducation nutritionnelle - les informations sur le gras et comment savoir si les produits allégés sont réellement faibles en gras? Certains volontaires ayant aidé à la préparation des banquets, dont les quantités élaborées étaient orientées vers la communauté entière, ont éprouvé le désir de savoir comment cuisiner des petites portions.

«To show the group in preparing for smaller meal» «I know that a lot of foods I eat have fat in them but I would definitely like to know which foods are healthy for me and which are not» «What was difficult was the choice for the food preparation»

Le discours des décideurs est sensiblement identique dans le sens où ils évoquent l'importance d'axer les sessions sur la qualité des aliments et d'identifier les ingrédients adéquats réellement disponibles à l'épicerie.

«More educate the women on nutrition like buying more low fat products and lean meat» «To show people which meals have less fat in market foods» «Maybe a session on the different ingredients involved in the preparation of food»

La flexibilité : Plusieurs répondants reconnaissent un enseignement adapté selon leur potentiel et relativement facile à suivre dans la mesure où les gestes pratiqués sont accessibles à n'importe quel niveau de connaissance (*flexibilité de l'enseignement*). Néanmoins, les intervenants ne semblent pas toujours s'ajuster à la vitesse d'intégration des participants, en ce sens que certains répondants remettent en cause la rapidité et l'impatience du chef, voire un état de frustration face à l'incompréhension des participants. Des mots clés comme «patience» et «prendre le temps» expriment un comportement désiré. Dans ce sens, les décideurs consentent à dire que les intervenants semblent trop occupés pour s'adonner sérieusement à l'encadrement des participants en accusant non pas les intervenants, mais un manque de coordination temporelle. Cette insuffisance de temps relevée à plusieurs reprises chez les différents groupes d'acteurs vient effectivement renforcer ce que nous avons nous-mêmes remarqué lors des activités.

«Sometimes he went too fast and we could not follow what he was telling us» «Sometimes the chef was very helpful and sometimes he was very impatient»

Dans cette visée, les décideurs expriment les mots clés, dans le sens où la participation dépend intimement de la cohérence des activités avec les besoins des participants.

«The more consistent the activity the more participation you will have»

Le thème renvoie de plus à une mauvaise coordination des horaires avec la disponibilité des participants; certains n'ayant pas eu le temps de participer partiellement ou entièrement aux ateliers, ni l'opportunité de déguster les plats auxquels ils avaient contribué (*flexibilité des horaires*).

«I did not get the time to taste the food that was prepared because I had to go before the end» «(It is important) to share the time making people available to participate» «Most participants are working and find it difficult to take time off work»

Cette situation s'est également fait ressentir dans les restaurants, où les cuisinières avaient des difficultés à se concentrer sur les activités alors qu'elles devaient en même temps se canaliser sur la commande des clients.

La démonstration : Le simple fait de montrer comment cuisiner et préparer des repas a été proposé comme une stratégie susceptible d'augmenter l'intérêt des gens à utiliser les aliments de façon plus adéquate.

«Just showing people how to cook and prepare meals»

L'observation : Les spectateurs semblent admirer avec beaucoup d'intérêt la manière dont les chefs s'y prennent pour appréhender les aliments. L'œil est un outil redoutable pour stimuler les papilles gustatives!

«I have a great interest in learning and watching chefs do their cooking» «The way they prepared the food. The way they cooked»

La pratique : L'accès à la connaissance des techniques de préparation culinaire - couper, peler, doser, cuire les aliments - semblait amuser les participants. Le simple fait de mettre en application l'enseignement a sensiblement intéressé les dévoués, parce qu'ils ont l'occasion de renouveler simultanément les gestes observés par les chefs.

«To practice what I have learnt»

Cependant, certains semblent penser que ces activités n'ont pas toujours été aussi participatives que l'auraient souhaités les participants. La préparation des banquets, par exemple, devait être rapide et efficace, et malheureusement, les volontaires n'ont pas vraiment eu la chance de participer en tant qu'élèves vu la précipitation et le manque de temps pour réaliser un enseignement concret.

«I thought we would be involved in the preparation... We would be helping out more... I would have participated more you know»

Le maniement : Les gestes enseignés ne semblent pas poser de problème pour la plupart des répondants. Les chefs veulent avant tout communiquer des habiletés simples et discrètes. Certaines techniques restent néanmoins difficiles à imiter si le participant manque d'expérience culinaire ou n'a tout simplement pas l'habitude de les pratiquer.

«Cutting fruits and vegetables and peeling in a fancy way» «The way to hold your knife»

La régularisation : La plupart des propositions quant à l'amélioration des activités confirment une période d'enseignement insuffisante pour envisager un apprentissage. Ce manque de temps est ressenti de manière générale à travers le discours des différents groupes d'acteurs. Les répondants évoquent la nécessité de renouveler les activités avec les chefs dans les communautés afin d'être capables de mémoriser les bases fondamentales de la cuisine.

«To keep having these kinds of activities in the community so we could learn and improve ourselves» «If activities would occur more often that could help the community a lot and also families, we could learn a lot from these activities. It could help people to have refresher courses to keep thinking of what you learned and help to keep up with the activities» «You learn something interesting but one time is not enough to memorize the preparation. We need time to understand» «Practicing again and again»

Les décideurs, en leur qualité d'organiseurs, estiment qu'en prolongeant la durée des interventions, les participants auraient l'opportunité d'entretenir les gestes enseignés.

«The visits are too short to really have a training going»

L'anticipation : Le thème naît d'un profond besoin d'être informé sur les objectifs et le plan des activités avant d'y participer, en précisant le rôle des participants pour qu'ils sachent précisément à quoi s'en tenir. Certains volontaires pour la préparation des banquets semblent être déçus de ne pas être à la hauteur pour aider les chefs dans leur travail.

«You know, maybe people would be more interested if they know what is going to happen and if they are aware about something they could learn» «Trouver les mots adéquats pour leur faire comprendre les changements escomptés qui sont nécessaires à leur mieux-être»

Les personnes ressources : Sans une explication logique des gestes enseignés, les participants semblent éprouver des difficultés à les mettre en pratique. Ils ressentent le besoin de savoir le pourquoi du comment. La collaboration de la diététiste nourrit les esprits.

«The nutritionist told us about different fats and good products because I did not really know which food was good or bad for my body» «Informing us about the use of the olive oil instead of butter because I did not really know what kind of fat was the best to cook with» «Learning more about nutritional values of food»

Les candidates sont ouvertes à l'interprétation nutritionnelle pour mieux comprendre et accepter les habiletés développées et suggèrent d'ailleurs qu'il serait important d'envisager un enseignement beaucoup plus axé sur le choix des produits à l'épicerie.

«What is really healthy?» «They should have a four-group paper to give to people to inform them. The shopping tips you made in November were very interesting»

Les décideurs et les participants ont le profond sentiment que l'implication d'une diététiste dans les ateliers assure réellement la qualité de l'information nutritionnelle

«By having resource professional we are ensured of giving quality information» «Learning more about nutritional values of food [seems to be appreciated] »

Plusieurs répondants évoquent en outre l'importance d'impliquer dans ce genre d'activité les personnes ressources locales (diététistes, médecins, infirmières) afin de supporter les participants en fournissant l'information nécessaire en matière de cuisine et de santé. Elles contribueraient à promouvoir une alimentation meilleure de façon continue dans les communautés. Les professionnels de la santé se tournent vers l'idée d'engager à plein temps des diététistes dans les communautés, des personnes ressources qui pourraient guider les patients vers une alimentation adéquate.

«Give information to local doctor about the directories this project is going» «Je pense que des interventions ciblées auprès des intervenants réguliers des communautés, en leur présentant ce que nous faisons, pourraient faire d'eux des portes parole intéressants pour susciter l'intérêt»

La compréhension : Les répondants ont formulé le souhait d'une communication plus simple de l'éducation culinaire, tant sur le plan de la langue, que sur le plan pratique. Certes, la parole offre la possibilité de communiquer spontanément des informations basiques mais peut aussi s'avérer inadaptée pour expliquer des gestes plus techniques.

«I wanted the chef to know people because he is really nice but I guess it is hard because he only speaks French»

L'assistance : Les répondants ont évoqué l'intérêt d'utiliser chez eux le manuel pour les aider à élaborer de nouveau ces plats. Néanmoins, certains n'ont malheureusement pas eu l'opportunité de s'en servir durant les activités au restaurant. Malgré une implication non systématique du manuel, les énoncés qui s'y réfèrent soulignent généralement sa pertinence et l'utilité potentielle de son contenu.

«It would be easier to help me preparing healthy meals» «To try to use a recipe book when I prepare a meal for my family» «We all knew the recipes because we all cooked them together and tasted everything then» «The book I have at home is almost a regular one. No healthy way of cooking! With a healthy one, I could try to make things healthier» «Never had the chance to use the book»

Certains émettent l'idée de distribuer les recettes des plats élaborés au restaurant afin de donner l'occasion aux clients de les essayer à la maison.

«Give them tools such as recipes for the family and healthy choices at public places»

L'illustration : Une représentation imagée de la recette - photographie du plat achevée - donne une interprétation visuelle rapide du résultat qui peut dans une certaine mesure motiver la

personne à la préparer. Cet aspect est essentiel à intégrer dans un manuel où les démarches manuscrites ne semblent pas suffire à stimuler les cuisinières.

«Everything is written in order to put things correctly and to make it looks good for people» «If there is no picture of each dish I am not sure to be interested in using it» «I first look at the picture and if that looks good I would do it» «A nice picture of the meal to make people envious»

L'automatisme : Face au manque d'expérience vis-à-vis d'une alimentation recommandée, une volonté se fait ressentir quant à la possibilité de s'imprégner des pratiques adéquates pour un jour être capable de les appliquer inconsciemment tel un réflexe. L'atteinte de cet automatisme s'est surtout fait ressentir à travers l'utilité du manuel, dans le sens où ce serait un outil potentiellement efficace pour les aider à cuisiner mécaniquement en l'absence des intervenant.

«Always try to memorize recipes to make meals without book» «I'll get to know everything if I use (the book) all the time»

La transmission : Le désir d'améliorer les pratiques de son entourage semble une raison majeure de contribuer au bien-être de sa famille. Les participants ont souvent évoqué le degré d'impuissance dont elles sont victimes face aux pratiques des femmes quelque soit son âge.

«To teach my mum how to cook better»

Par ailleurs, le bien-être du reste de la communauté semble accessible si la communication des nouvelles habiletés peut-être renforcée par les professionnels de la santé. Selon une participante experte dans le domaine, il est difficile de donner des conseils aux gens lorsque le professionnel lui-même, éprouve une incompétence en la matière.

«It is hard to tell people how when you actually don't know. I could use these informations to teach clients how to prepare foods in a healthier way»

Cette richesse qu'est la transmission du savoir-faire est ressentie de la part des intervenants comme un dépassement personnel. Ce même sentiment est susceptible de toucher les participants qui décideraient de partager leurs acquisitions avec leur entourage.

«Faire partager et transmettre ses connaissances»

L'ASPECT ENVIRONNEMENTAL :

La disponibilité et l'accessibilité alimentaires : Les répondants semblent apprécier l'idée d'agir au niveau des services de consommation pour offrir un choix plus large de produits adéquats; Certains paraissent d'ailleurs mépriser la cuisine qu'ils proposent.

«I don't like the restaurants here because food is prepared with too much fat and there is not enough choice of meals» «They should not have a fast food restaurant because it is the worst thing I guess»

Les coordinateurs conçoivent l'aspect renforçant d'une intervention avec les cuisinières des restaurants afin de contrecarrer un environnement à risque qui de plus, peut contribuer à la sensibilisation des clients sur une alimentation plus saine.

«Add dishes that people would like. Something more appetizing on the menu»

Néanmoins, les répondants trouvent parfois le prix des ingrédients utilisés inabordables, ou pensent qu'ils ne sont tout simplement pas présents dans leurs épiceries locales. Ceci ne reflète pas l'intention première des intervenants qui était d'assurer une disponibilité locale des ingrédients utilisés. Le thème de l'*illustration* renvoie de plus à l'idée de développer des signes visuels dans les épiceries en vu de guider les consommateurs vers les produits adéquats. Il semble prioritaire de guider sérieusement le consommateur au sein même des magasins pour faire le bon choix en plaçant des signaux rapidement identifiables, simples et imagés, pour être cohérents avec le mode d'expression local, comme par exemple, l'effet évoqué par les couleurs.

«I don't think there is a lack of food» «If you advertise the healthy recipes by a visual sign» «To show people which meals have less fat in market foods and which ones to buy that are leaner in fat»

Un aménagement des services de consommation de façon plus attrayante a été évoqué comme une stratégie susceptible d'augmenter l'attention des clients et l'envie de goûter à de nouveaux aliments. Les responsables alimentaires tiennent à ce que le côté affriolant des plats soit renforcé sans pour autant remplacer le menu. Ils évoquent un besoin d'éducation au niveau de la qualité nutritionnelle des plats proposés et des accompagnements en vu d'offrir des choix plus adéquats sur le menu, sans pour autant en changer les plats.

«We really want to help to change the menu but with simple recipes. More simple meals would be better instead of too sophisticated. Keep dishes on the menu and just change little things or add foods that are good and nutritious. Add dishes that people would like. Something more appetizing on the menu»

L'espace : Comme nous avons pu l'observer en situation, le plan de travail dans certains restaurants reste insuffisant, rendant difficiles les séances de démonstration culinaire avec les cuisinières. Pour les participants, ce manque d'espace semble rendre difficile les tâches de concentration, de compréhension et d'apprentissage. Bien que les intervenants veuillent profiter

du service de midi pour aider à la préparation des plats de façon plus adéquate, ni l'endroit, ni le moment ne semblent opportuns pour l'enseignement auprès du personnel vu que tout le monde est présent (manque d'espace) et très occupé au service des clients (manque de flexibilité).

«A bigger kitchen with a storage room»

L'équipement: La visite préliminaire des services de restauration rend compte d'un manque évident de place dans certaines cuisines pour entreposer les réserves alimentaires et une lacune au niveau des systèmes de réfrigération. Cette déficience est profondément critiquée par les employés qui dénoncent un manque d'espace général qui s'est empiré au moment de la conservation des plats préparés avec les intervenants.

«Get a new kitchen...Get a walk-in cooler as these in the Northern store » « Get a new hotel... just kidding»

2.2 Conceptualisation des phénomènes

Contrairement à la description thématique où les observations sont regroupées telles qu'elles se présentent dans l'ordre d'occurrence, la conceptualisation procède à la rupture de cette séquence descriptive des composantes du format pour les regrouper en catégories sur une base théorique. Cette deuxième étape est intimement reliée à l'exploitation de la codification initiale, en ce sens que nous allons de nouveau coder le corpus mais cette fois-ci avec l'idée de représenter un phénomène beaucoup plus imposant et plus large en le traduisant sous forme de concept. Ainsi, plusieurs thèmes identifiés dans le discours des répondants peuvent être assemblés pour représenter un même phénomène et alors, définir un concept. Certains thèmes ont déjà une consistance conceptuelle car ils renvoient directement à une idée centrale et peuvent définir une catégorie à part entière, notamment le thème de la participation ou celui de la motivation. Au contraire, si l'on regarde la codification initiale, on se rend compte que certaines expressions semblent ne posséder aucun pouvoir évocateur, mais gardent tout de même une importance qui reste discutable.

Dans ce corpus, trois thèmes principaux semblent unificateurs : l'enseignement (communications relationnelle, orale et visuelle), la participation (communication gestuelle et sentiment d'implication) et la motivation (récompense culinaire et support collectif).

2.2.1 Concept I : L'enseignement

LA COMMUNICATION RELATIONNELLE

L'enseignement sous-entend dans un premier temps une communication relationnelle avec les participants, de laquelle naît une certaine *complicité*. L'enseignant, dans ses attitudes et ses comportements de valorisation, d'indifférence ou de dévalorisation à l'égard du participant, fabrique la motivation ou la démotivation. L'expression par le rire est un élément qui semble animer l'enthousiasme des participants. Les chefs ont montré une grande capacité d'intégration, et l'humour a été déterminant pour faciliter leur communication. Ces deux hommes sont devenus des familiers à qui l'on accorde des prérogatives sensibles. Les liens développés avec les intervenants ont profondément contribué à l'acceptation de leur enseignement. L'enseignement requiert de l'enseignant qu'il soit capable d'adapter son comportement selon le potentiel des participants. Les intervenants ont démontré une certaine souplesse en s'adaptant à des nouvelles exigences tant individuelles - potentiels divergents - qu'environnementales. La *flexibilité* de cet enseignement à savoir, le degré de patience et d'indulgence dont il fait preuve, va avoir un impact sérieux sur l'efficacité personnelle du participant et donc sur sa motivation à persévérer dans son apprentissage. Le manque de souplesse débouche inévitablement sur la lassitude, ou sur une bouffée d'émotivité qui risque de nuire au propre projet de réussite. L'enseignement des intervenants, bien qu'adapté au niveau des participants débutants ne reflète pourtant pas suffisamment de patience ni de temps pour envisager une compréhension idéale.

LA COMMUNICATION ORALE

Les chefs sont voués d'une réelle expertise tant sur le plan de l'enseignement - chefs enseignants - que de l'élaboration d'une cuisine saine - chefs santé (Réseau des Menus Mieux Vivre 1989). L'éducation est en outre assistée par une diététiste, *personne ressource* assurant un professionnalisme nutritionnel à cet enseignement culinaire. La complémentarité exemplaire de l'alliance entre les deux disciplines semble entretenir un sentiment de confiance à l'égard de l'appellation «santé» de la cuisine élaborée avec les participants. Les participants se rendent progressivement compte de la *compétence* de l'enseignement, donnant aux intervenants une certaine notoriété dans le milieu. En outre, cette communication doit impliquer de la part du participant une *compréhension* adéquate des habiletés enseignées par les intervenants. Sachant que la communication orale est quelques fois difficile, il est important de prendre en compte une forme de langage subjectif. Le langage subjectif concerne la manière dont les individus communiquent à l'aide de signes non verbaux, telle les expressions du visage et les mimiques.

L'observation de ces signes est un moyen informel de comprendre la perception et les aspirations des participants, de savoir comment ils appréhendent réellement les gestes culinaires enseignés. Une communication, même subjective, semble une priorité avant toute autre. Dans cette visée, l'impression observée en situation sur les réactions des participants, ressort étroitement du discours des intervenants.

«Je me fie plutôt à mes instincts, à mes "feelings" personnels. Alors pour moi, des sourires enthousiastes, des poignées de mains fermes, des remerciements enjoués, des questions pertinentes, sont là quelques indices qui me disent à moi que oui, les gens sont plus que satisfaits»

LA COMMUNICATION VISUELLE

Un enseignement pertinent requiert qu'il ne soit pas rigide et s'adapte aux circonstances locales. La communication orale laissant parfois transparaître des termes culinaires souvent hermétiques, il semble important de l'accompagner de supports visuels.

La *démonstration* des gestes et techniques culinaires donne ainsi un exemple concret de la façon dont il faut s'y prendre. L'expression du savoir-faire sous les yeux des participants offre un modèle sur lequel ils peuvent s'appuyer pour reproduire les habiletés. En outre, l'*observation* des gestes enseignés provoque d'autant plus d'intérêt que les techniques sont claires et faciles d'accès.

Outre l'intérêt visuel des démonstrations pour appliquer les habiletés observées en situation directe, l'utilisation d'un manuel qui reste fidèle aux recettes mises en pratique durant les ateliers, peut aussi encourager les apprentis à reproduire de manière autonome les gestes enseignés. Le processus d'éducation exigeant du matériel qu'il procure une réelle *assistance* pour les utilisateurs, l'idée était de regrouper des recettes devenues familières voire populaires, puisque développées et testées par les participants puis appréciées en communauté lors des banquets événementiels. Par ailleurs, les démarches à suivre pour la préparation des recettes seraient d'autant plus communicatrices et attrayantes si elles étaient illustrées. Le résultat final de l'assiette semble important à leurs yeux pour stimuler l'envie de cuisiner.

Les répondants soulignent enfin, la nécessité de développer des supports visuels dans les épiceries, autres que des informations nutritionnelles qui ne sont pas forcément évidentes et encore trop hermétiques pour que les consommateurs puissent reconnaître les produits qui sont réellement adéquats. En définitive, les répondants semblent ouverts à tout matériel qui puisse informer, guider, aider et stimuler les gens dans la mesure où il garde une certaine cohérence avec les modes d'expression, de compréhension et de diffusion locales.

La communication du savoir-faire n'est plus perçue comme un transfert de connaissances à sens unique, mais consiste en un processus bilatéral d'échange et de participation. Le terme même de communication vient du latin *communis facere*, qui signifie participation et faire les choses ensemble. Plusieurs expressions du récit des répondants peuvent se prévaloir du thème de la participation. La présente analyse tentera de catégoriser les thèmes en retirant des énoncés un sens spécifique, c'est-à-dire en différenciant le sentiment de développer de nouvelles habiletés - la pratique - à celui de s'impliquer dans une action de bien-être social - la contribution.

COMMUNICATION GESTUELLE

Suite à une transmission orale du savoir, la communication gestuelle vient enrichir l'enseignement observationnel du savoir-faire. Les participants ont l'occasion de reproduire eux-mêmes les nouvelles habiletés sous l'assistance des personnes ressources. Cette étape où l'individu met en *pratique* ce qu'il a écouté puis observé renvoie à un processus d'imitation du comportement des chefs.

L'envie de participer est étroitement associée à un souci personnel parce que les membres préparent quotidiennement des plats pour leur famille ou pour leur clientèle et se sentent profondément concernés par la santé de leur communauté. Une fois les nouvelles habiletés acquises, les participants sont capables de *transmettre* le savoir-faire à autrui, notamment les professionnels de la santé envers leurs patients, ou bien les mères envers leurs filles ou *vice versa*. Le participant qui identifie les gestes adéquats tout en les comparant à ses pratiques habituelles, est ensuite capable par un processus d'intégration de reconnaître lui-même les pratiques inadéquates et peut ensuite partager ses expériences en famille, avec ses proches ou avec ses patients.

SENTIMENT D'IMPLICATION

L'état de santé instable de la population impose des actions rapides de prévention. L'adoption du format d'un enseignement concis et prompt est impérative aux yeux des acteurs *impatients* de contribuer au bien-être collectif. La *conscientisation* communautaire doit passer par une compréhension de l'utilité d'un tel projet pour le développement de saines habitudes. La participation va néanmoins s'avérer difficile pour l'individu qui se sent confronté au *jugement* contrariant de son entourage. C'est pourquoi, l'enseignement doit demeurer discret pour que des participants osent faire un choix sans le regard d'autrui. Les attitudes populaires vis-à-vis de la «cuisine santé» amènent certains individus à penser qu'en participant, ils renoncent à leur culture traditionnelle. La pression sociale est un fardeau pouvant freiner la libre expression de ses

intentions. Outrepasser les habitudes de la communauté peut alors se solder par une réprimande qui assimile l'acte de l'individu à une sorte de trahison sur le plan socioculturel pouvant le rejeter en marge de la société. La norme sociale est telle une règle de conduite généralement admise dans une société qui dispose de moyens plus ou moins subtils, plus ou moins violents, pour sanctionner les déviances. La volonté d'afficher sa différence relève alors du défi. Certains répondants semblent d'ailleurs attacher une importance particulière à acheter leurs aliments à l'extérieur de la communauté bien que la cause objective soit liée à l'accessibilité des aliments plus évidente dans les grandes villes limitrophes. L'envie de voir ses proches vieillir en bonne santé va finalement déterminer la volonté du participant d'adopter des habiletés alimentaires saines. Sa participation est une opportunité de contribuer non seulement à son bien-être personnel, mais à celui de sa famille et, à plus grande échelle, de sa communauté.

2.2.2 Concept III : La motivation

De la même façon, l'analyse peut rendre intelligible un élément de l'univers psychologique des individus. C'est, par exemple, le cas du *comportement motivationnel* des membres de la communauté, qu'ils soient participants, fournisseurs de ressources alimentaires, décideurs ou professionnels de la santé. La motivation englobe les composantes du format des activités qui, selon les informateurs, sont susceptibles de stimuler l'intérêt à renouveler les habiletés acquises. Un objet ne devient intéressant que dans la mesure où il répond à un besoin. Il s'agit donc, pour les enseignants et autres médiateurs de créer cet intérêt si l'on veut assister à une participation continue. La richesse conceptuelle de l'expression renvoie en un seul mot le répondant vers une situation espérée qui traduit ses motivations, ses attentes. Elle réfère, tout d'abord, à l'appréciation exprimée envers la cuisine, telle une récompense qui prend en compte la qualité nutritionnelle et gustative des aliments utilisés. De plus, en révélant l'opportunité d'un travail collectif et profondément ancré sur le développement d'habiletés communes, la motivation intègre une dimension sociale essentielle. La première motivation est fortement conduite par la cuisine des chefs (récompense culinaire) et la seconde, par l'influence de l'enseignement sur l'entourage social (support collectif).

LA RÉCOMPENSE CULINAIRE

Une bonne raison de participer émane tout d'abord d'une certaine curiosité quant à la possibilité d'élaborer une cuisine saine en conservant l'entière satisfaction des papilles gustatives, une cuisine «santé» au goût irréprochable. La bienfaisance souligne un critère principal de l'intérêt des gens parce qu'elle renvoie à un espoir de bien-être, à l'amélioration de la santé, à la prévention des maux comme le diabète, l'hypertension et l'obésité. Pourtant, les ingrédients

cuisinés - fruits, légumes, graines et céréales - sont traditionnellement assimilés à de la «nourriture pour rongeurs» (témoignage durant Congrès National des Premières Nations, Québec 2002). Pouvoir stimuler la consommation de ce type d'aliments dans ces communautés relève alors du défi, toutefois accessible en envisageant une cuisine qui puisse engendrer du plaisir et stimuler l'intérêt de perpétuer le savoir-faire. Les efforts veulent tout d'abord appuyer la consistance de recettes élaborées en respectant l'inventaire des produits disponibles (flexibilité alimentaire) et des préférences de la communauté - mises en évidence lors des premières dégustations. L'approche d'une cuisine créative est pleine de surprise pour le participant mais tente de rester humble et accessible pour éviter le sentiment d'impuissance et d'intimidation. Le fait d'allier des couleurs et des décorations plaisantes sans trop de sophistication semble aussi nécessaire pour stimuler l'envie des gens. La diversité des recettes, impliquant différentes saveurs à l'égard d'un seul aliment, semble aussi nécessaire pour prendre en compte des aliments populaires limités. Curieusement, l'attitude à l'égard de la nouveauté des aliments utilisés souligne une certaine excitation et le besoin d'innover en substituant des pratiques courantes associées à la montée du diabète.

«La découverte de nouveaux plats, des goûts différents et des techniques de travail qui leur facilitent la tâche» «Le changement de produits, la découverte de nouveaux aliments et la connaissance de nouveaux types de cuisson»

La curiosité du participant tend à s'intensifier au fur et à mesure que la recette prend forme. La *dégustation* des plats marque pour ainsi dire l'instant de vérité, le moment où l'individu perçoit les caractéristiques sensorielles des ingrédients utilisés et de la façon dont ils sont préparés. C'est aussi une occasion pour la communauté de découvrir le goût réel de certains produits laissés pour compte dans les épiceries. En se rendant compte que le défi est relevé, les goûteurs sont susceptibles de s'intéresser à ce type de cuisine et d'envisager son adoption.

«Les faire goûter, les faire connaître» «Des dégustations planifiées par des nutritionnistes, des chefs et même par des fournisseurs pourraient être organisées de façon à faire découvrir les choix santé»

En si peu de temps de pratique, ils se rendent compte de leur aptitude à appréhender certains aliments. Cette efficacité personnelle se ressent comme un passage vers un enrichissement. L'individu vient de faire un saut d'une situation passée, où il ne savait pas, à une situation présente où il sait déjà mieux.

«I didn't know how to prepare healthy food before coming» «I did not really know what kind of fat was the best to cook with» «You can do it!»

Cette dernière exclamation spontanément sortie de la bouche d'une répondante et probablement tirée d'un slogan populaire, réfère à ce sentiment concret d'aptitude que peuvent ressentir les participants après avoir scrupuleusement cuisiné. Ils se rendent alors compte de leur acte, et quel acte!

«L'aspect de décoration et de présentation les impressionne beaucoup et le deviennent encore plus lorsqu'ils réalisent qu'ils peuvent eux aussi réaliser ces décors»

LE SUPPORT COLLECTIF

Les attentes du participant peuvent en outre refléter l'aspect social de la participation, en ce sens que l'individu n'agit pas seul mais avec des pairs. Il est intéressant de constater que la pratique en *groupe* accentue l'enthousiasme des participants qui se sentent alors soutenus et accompagnés dans leurs intentions personnelles. En outre, le suivi de l'enseignement à plusieurs peut favoriser la compréhension des informations, surtout lorsque la barrière linguistique est inhérente.

2.3 Mise en relation et intégration des catégories

Au cours de cette étape, nous tentons de schématiser le phénomène, c'est-à-dire, de lui donner une dimension existentielle dans un nouveau contexte et ce, en regroupant les différentes catégories sous la forme d'un schéma explicatif fiable. Les idées commencent réellement à prendre une forme explicite dans cette représentation imagée de la réflexion des acteurs. Le moyen par lequel nous sommes arrivés à établir explicitement les connexions entre les différents concepts doit permettre d'extraire de la conceptualisation une notion essentielle. Cette approche a de surprenant qu'à l'origine, ni les répondants ni l'évaluateur, ne savaient où l'analyse des réponses allait nous mener. La phase d'intégration nous pousse à imposer une limite dans l'analyse en procédant à la concentration des composantes multidimensionnelles de l'objet principal. Il est essentiel de dégager clairement l'intrigue de l'analyse, la trame catégorielle de l'analyse empirique qu'il faut mettre en évidence autour d'un phénomène unificateur de dimension théorique (Paillet 1994).

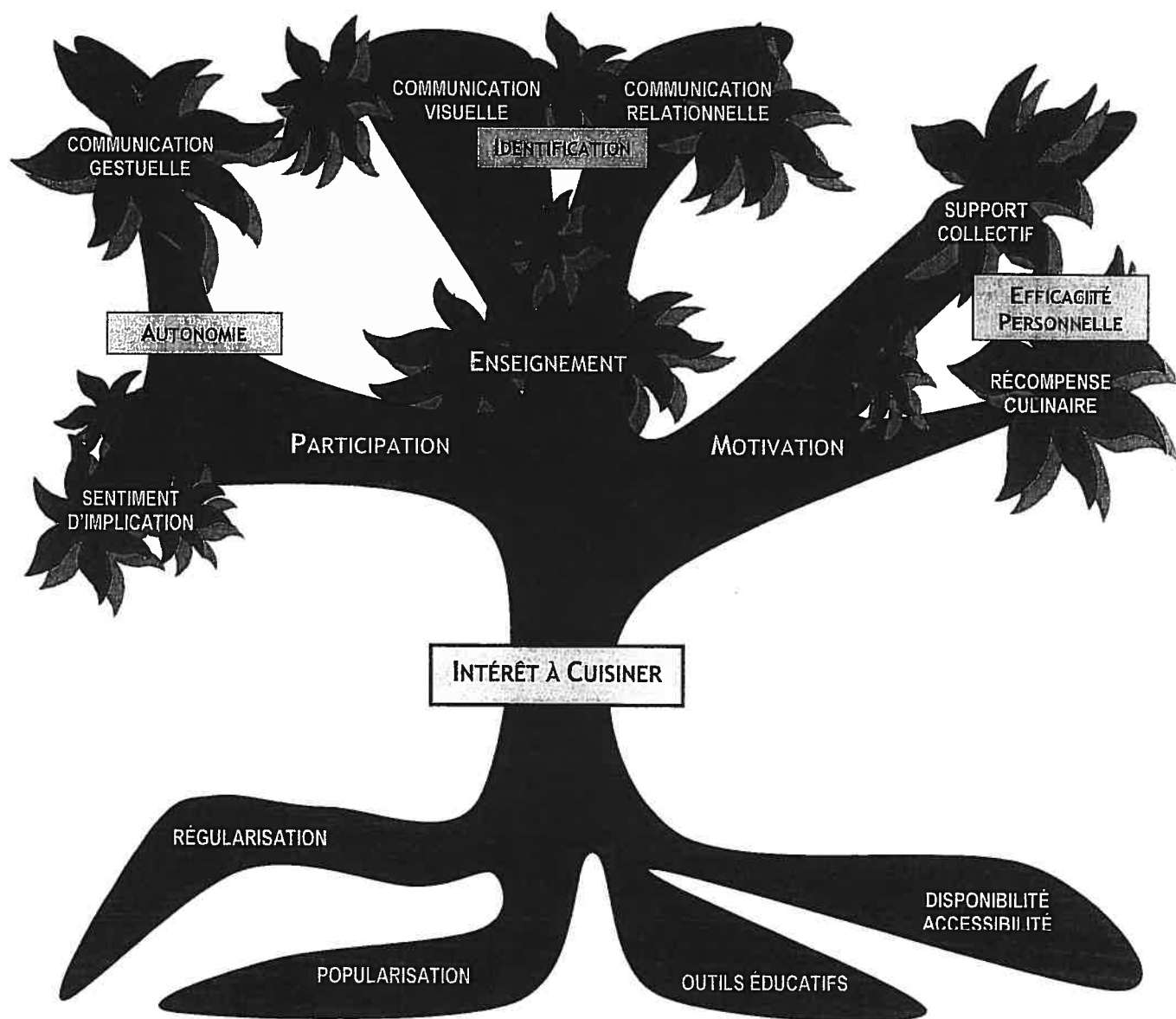
Nous avons choisi d'illustrer les résultats de sorte qu'ils évoquent un schéma cohérent avec le phénomène qui vient d'émerger, une représentation articulée des idées mères. Pour ce faire, nous avons utilisé la métaphore d'un arbre, dont le lien analogique est fondé sur une ressemblance pertinente avec la réalité du phénomène (*figure 7*). L'adaptation de cet arbre pour articuler les résultats, reflète idéalement la progression de l'analyse qui se fait alors du sommet

des branches vers les racines de l'arbre et donne donc une compréhension visuelle des relations qui existent entre les divers concepts mis en évidence durant l'étape de conceptualisation. Le tronc de l'arbre reflète en fait la préoccupation principale qu'est l'intérêt des participants à cuisiner de façon plus adéquate les aliments disponibles au supermarché.

L'arborescence principale de l'arbre représente trois événements qui convergent vers le tronc et identifie des critères susceptibles d'agir sur cet intérêt. La branche centrale reflète un enseignement original et flexible qui laisse l'opportunité de s'enrichir d'un savoir nutritionnel et de profiter d'une communication visuelle en harmonie avec les ressources que peut offrir la communauté. Une seconde attention est portée sur le fait que la participation concrète dans le déroulement et dans le processus décisionnel des activités est propice à leur émancipation au niveau d'un savoir-faire culinaire. Le troisième intérêt et non le moindre, émane des aspects subséquents de la participation ainsi que de l'expérience collective; tous deux composent la branche de la motivation.

Finalement, l'arbre doit compter sur ses racines pour être profondément ancré dans le sol. La métaphore insinue que pour être réellement solide, l'apprentissage doit être fortement supporté par certaines nécessités primordiales. Une pérennité adéquate ne peut donc être envisagée sans une sensibilisation pointue et une conscientisation sur la situation actuelle de la communauté (conscientisation, ressource), une planification rigoureuse et flexible des activités (flexibilité), une médiatisation importante des décisions communautaires (médiatisation), une présentation préliminaire du contenu des ateliers (anticipation), une participation libre de toutes personnes intéressées (public). Dans ce sens, les décideurs seraient maîtres de la continuité de la formation pour les membres désireux de participer, les fournisseurs soigneraient la disponibilité des ingrédients espérés et les professionnels de la santé seraient en mesure de transmettre le savoir-faire pour une communauté en santé.

FIGURE 7 : Schématisation du processus de transmission d'un intérêt à cuisiner



2.4 Modélisation du phénomène

L'analyse trouve son expression la plus caractéristique dans la modélisation des phénomènes à travers laquelle les différents aspects de la réflexion doivent s'équilibrer ou se succéder pour concourir au résultat (Paillet 1994). Elle consiste à reproduire le plus fidèlement possible l'organisation des relations structurelles et fonctionnelles qui caractérisent le phénomène dégagé. Cette finalisation constitue notre capacité à diriger notre pensée en gardant présent à l'esprit la nécessité d'atteindre les objectifs du projet. Si l'on considère qu'un intérêt est stimulé à travers un enseignement adapté, une profonde participation et des motivations, il nous importe de préciser les comportements sous-jacents à de tels stimuli.

L'ENSEIGNEMENT

L'implication d'enseignants étrangers suscite une grande curiosité de la part des membres de la communauté. L'intime association entre l'art culinaire des «chefs santé» et les interprétations nutritionnelles des diététistes contribue aisément au développement d'un savoir de base sur le choix et la préparation des aliments localement disponibles, comblant ainsi une des préoccupations majeures de cette population. Un *processus d'identification* est activé dès lors que des situations plausibles illustrant des scènes de la vie sont évoquées. Le processus est directement créé par l'assimilation à un contexte familial et à une tâche tant bien banale qu'indispensable qu'est la préparation des repas. La plupart des participants se sentent profondément impliqués dans la fonction enseignée, qu'ils y voient une profession, une vocation ou qu'ils soient tout simplement novices en la matière. C'est ainsi qu'ils éprouvent un sentiment d'appartenance et d'identification vis-à-vis des chefs et de leur savoir-faire, la situation observée renvoyant directement à leur expérience personnelle.

LA PARTICIPATION

En définitive, l'importance ressentie par les participants à suivre l'éducation culinaire et nutritionnelle, renvoie à la volonté d'être capable de façon *autonome*, d'assurer un contrôle adéquat sur leur alimentation. Et ce, à travers l'acquisition d'un savoir-faire flexible qui puisse être répliqué dans leur vie quotidienne. Parce qu'ils s'identifient à un modèle, un intérêt potentiel est stimulé à copier le savoir-faire des «chefs santé» à travers un processus d'imitation. Leur préoccupation majeure étant tournée vers le bien-être de la communauté, les participants n'impliquent plus seulement un profit personnel, mais ont la possibilité de participer pour leur famille et de transmettre quelque chose à leur entourage. Cette imitation peut favoriser le

développement d'habiletés plus adéquates dans les familles - en appliquant le savoir-faire à la maison - mais aussi dans leur environnement - en appliquant le savoir-faire dans les services de restauration.

LA MOTIVATION

Il n'y a de motivation que si la personne est consciente qu'il existe des raisons de choisir et si elle décide d'adhérer à ces motifs. Les principaux critères redondants venaient de la possibilité d'élaborer une cuisine non moins appréciée qui plus est bienfaisante et relativement flexible selon les disponibilités locales. La seconde motivation retient l'aspect social d'une expérience de groupe dont l'entourage paraît

2.5 Théorisation du phénomène

Lorsqu'un individu ne dispose pas de la compétence qui lui permettrait d'accomplir une tâche donnée, il s'engage généralement dans un processus d'apprentissage. Il modifie alors sa base de connaissances pour s'en donner une plus appropriée jusqu'à ce qu'il soit capable de l'exploiter et acquiert une compétence (Skinner *et al.* 1971). De cette réflexion, nous considérons un apprentissage actif à travers une trilogie procédurale : l'identification, l'autonomie et l'efficacité personnelle.

Dans la première phase d'identification, l'individu intègre des informations susceptibles de répondre à ses besoins. *L'apprentissage cognitif* est introduit à travers la découverte des aliments et l'observation du modèle qui met en application les gestes culinaires nécessaires à leur utilisation. Celui-ci est permis dès lors que la prise de connaissance des informations désirées est simultanément associée à l'observation de l'application concrète des habiletés culinaires adéquates. Dans cette étape identitaire, le participant se fait une idée de la compétence à acquérir.

«I have a great interest in learning and watching chefs do their cooking»

Dans la seconde phase d'autonomie, l'imitation du modèle et la reproduction des gestes culinaires subséquents contribuent à *un apprentissage opérationnel* des nouvelles habiletés, d'autant plus important que son degré d'implication est grand. La compétence est raffinée au fur et à mesure de sa mise en application. La participation renouvelée peut contribuer au perfectionnement de son apprentissage et à sa susceptibilité à reproduire automatiquement les habiletés. Les gestes s'exécutent alors avec plus de souplesse et l'individu a moins besoin d'être conscient de leurs exécution.

«I want to be able to have variety and memorize how to cook a lot of meals»

En troisième lieu, l'individu acquiert progressivement une efficacité personnelle. Il se rend compte qu'il est capable d'accomplir une tâche qui entraînera éventuellement la satisfaction de ses besoins. L'anticipation des conséquences va par conséquent, contribuer à *l'apprentissage* sur un plan *émotionnel*. La susceptibilité de l'individu à garder en mémoire la pratique d'un geste culinaire associé à une information nutritionnelle est directement liée à ce que ses attentes et objectifs de participation reflètent les conséquences de ses propres gestes. Ce sont des facteurs essentiels de réussite dans l'apprentissage dont le sens social amène le participant à mal apprendre ce dont il ne voit pas l'utilité. Il apprend pour jouer un rôle dans une société, y avoir un statut, y inscrire ses projets. Le motiver c'est donner un sens social à ce qu'il apprend. La relation humaine influence profondément l'acquisition de compétences;

«There is a deadline to reach. The more they will participate the more they will enjoy participating and will be interested to prepare healthy meals»

Nous présentons ici l'acquisition des compétences en trois phases successives, mais en réalité, les processus propres à chacune se chevauchent. Nous aurions pu construire un schéma motivationnel indépendamment de l'efficacité personnelle à accomplir des tâches, et convenir du fait que cette motivation puisse précéder les phases d'apprentissage observationnel et gestuel. Néanmoins, comme l'ont idéalement fait remarquer certains répondants, la motivation se crée au fur et à mesure qu'une participation est entretenue.

«When people usually go to an activity it is like a motivation growing on them» «La motivation est la participation active»

Le participant se fait sa propre image des maux induits par une mauvaise alimentation, essentiellement construite à partir de son histoire et de son expérience personnelle tel que ses antécédents familiaux. L'expérience et la lucidité qui le caractérisent influencent alors son engagement à participer et sa volonté d'apprendre rapidement les gestes qui pourraient épargner son entourage.

«I want to improve my eating habits into a healthier way»

CHAPITRE VI

DISCUSSION

1 APPROPRIATION DES RÉSULTATS DE L'ÉVALUATION

Nous nous proposons, dans un premier temps, de documenter le fait qu'une modeste intervention modelée selon les perceptions locales, puisse stimuler les participants à élargir leurs aptitudes culinaires et leur projet de qualité alimentaire. Nous tenterons, dans un deuxième temps, d'argumenter la nécessité d'entreprendre une évaluation formative dès les prémisses d'un projet pour éclairer son déroulement en toute cohérence avec le milieu.

1.1 Processus de stimulation de l'intérêt à cuisiner

Les résultats de cette étude abordent des questions importantes sur la capacité d'un tel format d'éducation nutritionnelle à accroître l'intérêt des gens à apprêter de façon plus adéquate les produits disponibles dans ces communautés. Tout d'abord, les conclusions soulignent l'importance de prendre en considération les diverses dimensions de l'apprentissage. La plupart des recherches se sont penchées sur l'aspect cognitif de l'éducation en jouant sur l'enrichissement des connaissances. Certaines ont consacré une attention particulière à la composante sociale de l'apprentissage, sans toutefois s'attarder aux différents processus sous-jacent qu'implique l'acquisition d'un comportement. Telle que décrite par l'arborescence, la composante sociale n'est pas un facteur propre en soi, mais ressort de chaque dimension de l'apprentissage, intégrant alors le processus cognitif d'identification, le sentiment d'implication de la participation ainsi que la motivation collective. Par ailleurs, un comportement peut apparaître dans un contexte et lui être spécifique. Un programme d'éducation ne peut donc être efficace s'il ne cherche pas

préliminairement à adapter l'enseignement selon les particularités de l'apprentissage, tel qu'il est arboré dans le milieu d'étude. À notre connaissance, aucune investigation en milieu autochtone ne s'est intéressée à appréhender l'éducation du côté des apprentis, en identifiant les points critiques susceptibles de favoriser, ou au contraire, de freiner l'apprentissage.

Bien que les premières observations en situation fassent paraître un contexte dans lequel jaillit une influence néfaste des services de consommation sur les habitudes de vie de la population, les multiples démarches de sensibilisation et de promotion de la santé nutritionnelle ne laissent guère les gens indifférents. À force de persister dans la revendication d'une saine alimentation, il semble néanmoins que les professionnels de la santé aient parallèlement du mal à contrôler une tendance alimentaire dévastatrice. Aussi, figuraient en tête des souhaits exprimés par les coordinateurs de la santé, la familiarisation des membres de la communauté avec des recettes équilibrées qui soient élaborées à partir d'aliments localement disponibles et, par ailleurs, l'assurance qu'ils s'intéressent aux activités et acquièrent les outils nécessaires pour faire de meilleurs choix alimentaires. Le défi principal du Projet «Chef Santé» visait donc le développement et le maintien d'un intérêt à cuisiner d'une façon plus adéquate; intérêt qui puisse être motivé par un format d'enseignement adapté à la vision des acteurs de la communauté.

Cette recherche formative s'intéresse essentiellement à voir si le phénomène émergent des propositions recueillies se cadre adéquatement dans le plan conceptuel du projet originellement élaboré à partir de la littérature. Idéalement, nous serions tentés de construire une théorie qui puisse proposer une base prédictive solide du phénomène inhérent à la motivation des participants. Cependant, nous nous sommes arrêtés à l'éventualité d'offrir une explication utile d'un comportement social particulier au contexte étudié de sorte que le format des activités puisse s'en inspirer. La présente étude a ainsi la vocation première de documenter le niveau d'approbation du format proposé et d'articuler le phénomène impliqué dans la motivation des participants pour en extraire les facteurs qui inciteraient à une participation soutenue.

L'analyse des questionnaires a finalement abouti à l'agencement d'éléments qui pourraient être impliqués dans le processus motivationnel des participants. Cette motivation semble intimement liée à l'opportunité d'apprendre les habiletés nécessaires pour apprêter les aliments de façon adéquate. L'apprentissage n'est évidemment pas un processus récent, en ce sens que nous ne prétendons pas aboutir à une nouvelle théorie psychosociale mais plutôt, comprendre le phénomène tel qu'il apparaît dans le contexte étudié. Toutefois, dans la mesure où l'articulation de ce processus émane directement des propos des acteurs locaux, il est légitime de croire qu'un apprentissage modelé au rythme de la population, puisse traduire un processus par lequel les membres sont plus susceptibles d'adopter un savoir-faire raisonnable. Le modèle qui

rejaillit de l'analyse illustre ainsi un apprentissage à trois niveaux : cognitif, opérationnel et émotionnel; les multiples composantes s'y rapportant viennent enrichir la compréhension du phénomène sous-jacent à la stimulation des gens.

L'APPRENTISSAGE COGNITIF VIA UN PROCESSUS D'IDENTIFICATION

La flexibilité d'une communication interpersonnelle offre une base essentielle et déterminante pour encourager les comportements sains et ce, à travers un *processus d'identification* ⁴. La collaboration entre chef, diététiste et participants enrichit d'autant plus le processus qu'elle perdure. Voués d'un instinct extraordinaire dans la cuisine qu'ils élaborent, les chefs se dotent d'une image exemplaire. Favorisant le plein emploi de la subjectivité des participants par projection et assimilation, l'observation les fait s'identifier à un modèle qui à lui seul, peut suffire à encourager une imitation des gestes qu'il exécute. L'intégration des acteurs dans les activités n'est pas toujours simple, particulièrement lorsqu'il s'agit de s'affirmer différemment de son entourage ou d'entraver certaines valeurs culturelles. L'individu qui s'implique sans savoir-faire auquel se raccrocher, peut initialement être affecté d'une période d'angoisse, voire de scepticisme vis-à-vis de la compétence réelle des éducateurs. Puis, progressivement, certains points de repère prennent forme; les participants commencent à mettre du sens dans ce qu'ils font et à mieux situer les intervenants qui eux, commencent à se forger une identité, un charisme et une crédibilité aux yeux des acteurs locaux. La première impression laissée par les intervenants a été décisive; l'accueil décontracté qui leur a été réservé par la suite reflétait humour, chaleur et convivialité, laissant les chefs s'imposer parfaitement dans leur rôle de modèle.

L'APPRENTISSAGE OPÉRATIONNEL VIA LA PARTICIPATION

La *participation* ⁵ intervient dans le processus d'apprentissage comme une des composantes nécessaires à la stimulation des membres. Elle représente tout d'abord un profond sentiment de contribuer au bien-être de la communauté et de jouer un rôle social important. Ce phénomène d'implication sociale est propice à ce que tous les acteurs d'une même initiative arrivent à créer les bases d'une action concertée. Une autre forme de participation peut être appréciée à travers une pratique concrète des gestes culinaires, simultanément à l'observation des intervenants. Leur présence en tant que modèles est favorable au processus d'imitation subséquent. Le passage de la simple observation à l'application des habiletés observées marque

⁴ Renvoie au processus d'apprentissage observationnel dans le cadre conceptuel du projet

⁵ Renvoie au processus d'apprentissage gestuel dans le cadre conceptuel du projet

une étape importante de l'apprentissage pendant laquelle des informations motrices sont mémorisées et susceptibles d'être appliquées de nouveau. Bien que certains soient plus à l'aise dans une compréhension de type explicatif - orale ou visuelle - et d'autres, dans une compréhension de type applicatif, il n'en reste pas moins qu'il est nécessaire de développer les deux capacités et d'apprendre à renforcer, selon les participants, celle des deux qui sera la plus pertinente pour capter leur attention et développer leur savoir-faire.

L'APPRENTISSAGE ÉMOTIONNEL VIA LE DÉVELOPPEMENT D'UNE EFFICACITÉ PERSONNELLE

Simultanément aux apprentissages observationnel et gestuel, l'individu apprend qu'il est capable de réaliser lui-même les pratiques enseignées; dès lors, il se forge une *efficacité personnelle*⁶ qui intègre l'angle émotionnel de l'apprentissage. Le simple fait de réaliser les conséquences de ses gestes se présente alors comme une preuve de son efficacité personnelle, tout comme le jugement de ses pairs qui apprécient les plats auxquels il a contribué. Ce niveau marque l'instant où la personne apparence l'imitation adéquate des gestes observés aux composantes qui accompagnent son acte. La mentalité culturelle dans laquelle l'individu évolue donne beaucoup d'importance à l'esprit de groupe et à l'action en groupe. Il apprend et assimile ainsi le succès de son acte à la présence des autres participants et tout ce qui a trait à la cuisine qu'ils élaborent ensemble : l'originalité de la cuisine, tant sur le plan d'une créativité attrayante que d'un goût irréprochable, ne néglige point son acceptabilité socioculturelle. Le participant établit alors un jugement personnel sur ses compétences et la qualité culinaire dont il est responsable. Nous exposons dans la revue de la littérature que les sensations qui accompagnent un événement, comme les influences postprandiales, ont une influence non négligeable sur le renouvellement subséquent d'un comportement (Birch 1999). Si les aliments sont apprêtés de sorte qu'ils évoquent du plaisir et par ailleurs, si les activités en groupe favorisent un sentiment de ralliement social et agréable, les chances de renouveler l'expérience seront importantes.

Par conséquent, l'intérêt à cuisiner peut être accentué à travers l'enrichissement des compétences et le potentiel d'un individu à reproduire un comportement. Si le participant choisit la pratique des gestes comme mode d'apprentissage et qu'il souscrit à la pérennité de ses habiletés, il finira par entretenir sa motivation et gagner progressivement une confiance dans ses pratiques alimentaires quotidiennes. Par conséquent, si l'individu attache de l'importance à son implication sociale, s'il a de l'intérêt pour l'apprentissage des habiletés enseignées et si ces dernières sont adaptées à sa performance d'accomplissement, la motivation du participant

⁶ Renvoie au processus motivationnel dans le cadre conceptuel du projet

s'active. Les différents acteurs de l'évaluation consentent d'ailleurs à dire que lorsque la participation est entretenue, la motivation se solidifie.

1.2 Susceptibilité à informer un projet communautaire

Certaines recherches qui visent des données prometteuses susceptibles de garantir leur succès oublient parfois d'être attentives à la population qu'elles exploitent et ne cultivent qu'insuffisamment les relations interpersonnelles (Sullivan *et al.* 2001). Malheureusement, les conséquences en sont désastreuses quant au jugement porté sur la science. Il en est de même lorsque certains abusent du concept «santé». On découvre alors que la perception d'une «hypocrisie scientifique» joue un rôle fondamental dans les attitudes des gens. Certes, toutes les études ne sont pas méprisables, mais une tendance existe et cette idée est profondément ancrée dans les mentalités culturellement éloignées. Les autochtones gardent en mémoire des événements passés accablants et cette amertume se fait ressentir à travers une certaine intolérance à l'égard des investigations scientifiques actuelles, même potentiellement conditionnées par la participation des communautés. Si nous voulons établir une confiance solide entre les intervenants et les acteurs locaux puis garantir une participation motivée par les réalités du contexte, il est important d'envisager une approche progressive et flexible, tant dans le format d'une intervention que dans son évaluation (Hembroff *et al.* 1999). Cette idée s'applique parfaitement à la prévention parce qu'elle insiste sur la nécessité de maintenir un processus personnel de motivation par le contrôle de ses propres décisions. Il appartient en outre à la personne de déterminer elle-même le sens qu'elle désire donner aux notions de santé et de bien-être et le moyen d'y arriver.

Nous tenterons dans un premier temps de cadrer la pertinence des résultats de cette recherche dans la littérature en la comparant aux études antérieures. Nous discuterons ensuite des améliorations nécessaires à envisager si les activités de préparation culinaire devaient être établies à plus long terme. Nous reviendrons finalement sur la nécessité d'envisager une évaluation formative avant l'implantation d'un programme qui prétend se baser sur la participation de la communauté.

1.2.1 Pertinence des résultats de la recherche

La profonde symbolique culturelle d'identification aux aliments consommés «on s'imprègne de ce que l'on mange» amène les aînés à préférer la nourriture traditionnelle. Mais les jeunes, au contraire, tendent à se chercher une identité à travers un mode de vie occidental. Ce

phénomène n'est pas particulier au milieu autochtone puisqu'il représente une tendance globale (Pate *et al.* 2000). De nombreuses études se sont alors penchées sur la possibilité de sensibiliser les enfants ou adolescents à de meilleurs aliments pour favoriser des changements dans leur mode alimentaire; l'idée étant d'agir à un âge critique où ils sont en mesure de faire des choix personnels (Engell *et al.* 1998, Beech *et al.* 1999). Cependant, certains s'aperçoivent d'un manque de renforcement au niveau de l'environnement familial ou social, rendant l'impact promotionnel difficile (Feunekes *et al.* 1997, Birch 1999). Outre l'importance d'agir auprès des enfants, il semblait donc stratégique d'engager simultanément une action auprès des jeunes parents des communautés pour consolider cette prévention nutritionnelle.

Le présent projet découle de la participation autonome des membres de la communauté qui, bien que conscients de l'importance d'adopter une saine alimentation, ne possèdent malheureusement pas tous les outils nécessaires au choix et à la préparation des aliments disponibles. Une attention particulière a donc été portée sur l'élaboration de stratégies qui puissent appréhender les spécificités locales à l'aide d'un mode de communication qu'ils comprennent et utilisent facilement.

Tout d'abord, le rôle consultatif des professionnels de la santé nutritionnelle a très bien été documenté dans la littérature (Connolly 1989). Leur expertise reflète l'assurance populaire d'une éducation compétente. Leur implication dans des cuisines communautaires serait même un critère décisif de la participation des membres (Racine *et al.* 2000). Parce que les gens sont confiants de la crédibilité de l'information qu'ils garantissent, ces facilitateurs sociaux devraient systématiquement agir à titre de conseillers en alimentation auprès des participants. La valeur nutritionnelle des aliments ne représente toutefois qu'un seul aspect du processus décisionnel de l'individu lorsqu'il fait ses choix. Les aliments jouent aussi un rôle particulier dans sa vie sociale, ses besoins émotionnels et spirituels. Le rapport de l'alimentation au corps a, dans la mentalité autochtone, une telle importance culturelle que nous ne pouvons espérer des changements s'ils ne sont pas cohérents avec certaines coutumes traditionnelles. Il était donc important de prendre en considération d'autres aspects qu'implique l'adoption d'un comportement et ce, à travers une approche qui puisse harmoniser les différentes dimensions sociale, physique et spirituelle de l'individu pour stimuler des processus naturels de prévention.

Par ailleurs, une forte distinction se retrouve dans la psychologie sociale sur le processus de la motivation, suggérant que certains types de savoir sont plus motivants que d'autres (Bandura 1986). Certaines connaissances peuvent favoriser l'anticipation d'un comportement et sensibiliser les individus aux conséquences d'un acte, alors que d'autres sont plus utiles à des individus déjà motivés pour qu'ils puissent agir vers leurs attentes. Cette dernière notion souligne l'importance

de sensibiliser les gens à la valeur du savoir en les aidant à mettre concrètement leurs connaissances en application. Dans ce sens, les informations nutritionnelles bien qu'enrichissantes, peuvent se révéler insuffisantes si les consommateurs ne savent pas comment utiliser les aliments promus. L'inconsistance des étiquettes nutritionnelles a souvent été relatée dans notre étude, de même que le besoin de connaître les produits du marché qui sont réellement adéquats. Une expérience pratique avec les aliments sains semblait alors une stratégie idéale pour justifier de meilleurs choix et ce, à travers des activités qui envisageaient la familiarisation avec ces produits. Dans l'immédiat, cette évaluation documente les différentes dimensions d'un projet communautaire dont les intervenants principaux sont des «chefs santé» plutôt que des diététistes, ces derniers agissant alors comme des personnes ressources qui participent tout de même de pair avec l'enseignement pratique des chefs. L'exemple de cette intervention confirme la nécessité de pallier un manque d'expérience avec les aliments importés et culturellement inhabituels pour motiver la population à les utiliser convenablement. Ce format d'activité procure un support allant bien au-delà de la qualité alimentaire qu'il assure, en agissant sur la motivation et le développement personnel des participants et par extension, sur l'épanouissement et le bien-être de la communauté.

Le terme de motivation renvoie à l'action d'alléguer un ensemble de considérations qui servent de motifs avant l'acte et *a posteriori*, de justification à cet acte. Outre les aspects cognitif et pratique de l'apprentissage, il semble que les facteurs émotionnels tiennent une place essentielle dans la motivation des gens. Certains consentent même à dire que les programmes éducationnels seraient plus efficaces s'ils insistaient davantage sur les composantes affectives au lieu de s'obstiner sur la sphère cognitive de l'éducation (Holund 1990). Notamment, le support social des autres participants dans une même activité a été souligné comme un critère déterminant de l'émancipation de l'individu qui n'agit plus seul, mais accompagné et encouragé par ses pairs. En outre, une comparaison opportune fait rejaillir d'autres facteurs émotionnels impliqués dans la facilitation ou l'encouragement de l'adoption d'un comportement (Wahlqvist 2000). L'auteur souligne que les pratiques alimentaires sont modifiables à partir du moment où l'on prend en compte l'intérêt face à la santé, les croyances vis-à-vis des aliments, le plaisir de cuisiner, le fait de manger avec des pairs, l'exposition à de nouvelles expériences alimentaires, la mémoire des aliments et la disponibilité alimentaire. La plupart des facteurs recensés reflètent les observations que nous avons faites en situation et dont certaines apparaissent dans les résultats (*figure 7*). Bien qu'elle ne soit pas ressortie de l'analyse, il serait toutefois intéressant de s'attarder sur la mémoire alimentaire. Cette notion est tout à fait pertinente dans la mesure où l'acquisition d'une compétence culinaire ainsi que la susceptibilité à la mettre en application requièrent du participant qu'il se souvienne de son appréciation vis-à-vis des aliments dégustés. L'individu a

plus de chance d'apprêter de nouveau un aliment qu'il a jugé délicieux, mais risque par contre de l'oublier si cet aliment n'a pas stimulé ses papilles gustatives. Ce thème souligne parfaitement le sentiment éprouvé à l'égard d'une récompense, lorsque celle-ci est jugée acceptable aux yeux du participant. Tant bien que les conditions dans lesquelles se trouve la personne sont agréables, le plaisir qu'elle anime va profondément influencer la mémorisation d'une recette, tout comme l'apprentissage du processus nécessaire à sa réalisation.

Nous l'avons vu, l'environnement joue une influence prédominante sur les habitudes alimentaires et réciproquement, de nouvelles tendances comportementales peuvent suffire à le modifier : si les gens mettent en pratique des gestes qu'ils jugent appréciables avec des aliments qui ne restreignent pas leur plaisir de manger, alors, la demande de ces aliments augmentera et conséquemment, l'approvisionnement suivra. La question d'équilibre alimentaire est délicate lorsque des compagnies populaires prennent délibérément un intérêt à encourager la population à consommer des aliments qui sont loin de satisfaire ses besoins nutritionnels. Puisque les politiques semblent plus rigides que le développement des comportements, il semblait opportun d'agir sur les pratiques de l'environnement en ciblant les services de consommation régulièrement fréquentés par les membres de la communauté et ce, en s'assurant d'une utilisation sérieuse des sources de gras dans les plats apprêtés avant leur commercialisation. La familiarisation du personnel avec des recettes préparées de façon adéquate va jouer un rôle important dans les préférences ultérieures des clients (Palmer *et al.* 1995). En se basant sur le processus d'identification et la communication directe d'un savoir-faire entre chefs et cuisiniers, l'activité dans les restaurants peut réellement contribuer à une appropriation efficace des gestes enseignés et ainsi, offrir à la population un contexte renforçant. Toutefois, chaque groupe tend à s'identifier à la norme sociale à laquelle il appartient et les divergences culturelles entre les intervenants et la population peuvent être un frein à leur volonté d'entretenir les expériences apprises. Tout projet doit alors puiser dans les ressources humaines et physiques de la communauté pour stimuler l'indépendance des individus et instaurer des systèmes souples susceptibles de renforcer la participation et le contrôle autonome sur leur santé (World Health Organization 1986). Cet aspect a brillamment été illustré chez les communautés autochtones du nord canadien à travers un programme d'étiquetage nutritionnel profondément inspiré du mode de communication local (Schurman 1983). Pour supporter l'équilibre des choix des consommateurs dans les épiceries, les intervenants ont ainsi imaginé une stratégie qui puisse faciliter l'identification des aliments avec des codes de couleurs rappelant intimement les groupes alimentaires.

Par conséquent, les résultats de la présente étude font rejaillir des questions importantes concernant la capacité pour des activités culinaires de pallier une pratique inconvenable avec les

produits importés dans ces communautés du nord. Notre travail suggère que, sans se borner à résoudre les problèmes inhérents à une médiocre disponibilité des aliments frais, les communautés sont susceptibles de motiver leurs membres à cuisiner adéquatement en remédiant au manque d'expérience avec les produits accessibles. Ces résultats confirment l'idée que l'éducation est une stratégie utile lorsqu'elle est employée à bon escient, c'est-à-dire avec une intention argumentative pertinente et en harmonie avec les attitudes locales. Si certains habitants locaux éprouvent des difficultés avec les aliments d'introduction récente, il nous appartient de leur communiquer un mode d'emploi. En outre, parce que ce genre d'activités se base principalement sur l'aspect participatif, elles offrent l'opportunité d'une interaction sociale et d'un support mutuel pour les membres des communautés isolées. De la même manière, plusieurs auteurs ont apprécié l'importance de développer un réseau social solide et fiable pour optimiser une motivation collective dans le déroulement d'un programme (Israel 1985, Kelly *et al.* 1991, Kristal *et al.* 1995).

En se nourrissant, par conséquent, de la mobilisation et de l'unification de différents acteurs dans une même activité communautaire, le projet se base sur l'idée que des petits groupes en action qui vivent une expérience commune, sont susceptibles de générer une stratégie éducative pertinente et par le fait même, de répandre une profonde motivation à travers la communauté.

1.2.2 Appropriation des résultats de l'évaluation

L'utilisation des résultats de toute évaluation reflète une des préoccupations majeures de la discipline (Patton 1997). Bien que son importance ne soit plus à démontrer, on constate pourtant que les informations générées par son processus ne servent qu'insuffisamment à éclairer une prise de décision concernant un programme. Il paraît alors important de s'étendre sur un format d'évaluation qui réponde aux intérêts et préoccupations des principaux acteurs impliqués (Alkin *et al.* 1990). Par conséquent, pour être le moins utile aux personnes qui travaillent en faveur du bien-être de la communauté, il est nécessaire de s'attarder sur certaines préoccupations qui ont influencé l'intérêt des participants, d'autant plus, si un jour les décideurs souhaitent le véhiculer à l'ensemble de la communauté. Ces préoccupations ont été réparties selon qu'elles réfèrent à des aspects organisationnels, pédagogiques ou environnementaux.

PRÉOCCUPATIONS ORGANISATIONNELLES

L'implication des coordinateurs locaux de santé publique a été essentielle pour fournir le support organisationnel et assurer le déroulement adéquat des activités. Leur contribution alliait le recrutement des candidats, la planification des activités et la gestion des ressources matérielles et alimentaires. Les décideurs ont été prudents et fait preuve de patience en attendant une démarche d'implication volontaire de la part des participants. En outre, le fait que ces acteurs fassent partie intégrante de la communauté a eu un impact évident sur la participation des gens en estompant la méfiance populaire envers la cuisine «santé», en favorisant un accès aux informations qui découlent de l'intervention et en permettant l'intégration réelle de leurs opinions dans l'identification des priorités et l'élaboration des stratégies de planification. Cependant, plusieurs améliorations d'ordre organisationnel ont été exprimées en vue d'accentuer l'intérêt des gens à participer et utiliser les ressources alimentaires de manière appropriée.

Une profonde nécessité de poursuivre l'enseignement a été ressentie pour que celui-ci s'avère efficace. Une régularisation des activités contribuerait à ce que l'apprentissage des nouveaux gestes se consolide, en acquérant un automatisme avec les aliments disponibles, par la mémorisation de ces gestes constamment répétés et pourquoi pas, l'art de les adapter à l'alimentation traditionnelle. Après plusieurs expériences, les participants pourraient entretenir un savoir et un savoir-faire et se doter d'une autonomie qui serait profitable à leur entourage. À force, la communication de l'intérêt et la banalisation de la cuisine «santé» inciteraient finalement le reste de la communauté à exprimer sa motivation à participer, à s'impliquer et ainsi à contribuer au bien-être social. Un besoin d'anticipation a en outre été évoqué, reflétant le désir d'être informé à l'avance des objectifs et du contenu des ateliers d'enseignement et enfin, du rôle concret qu'ils doivent assurer auprès des intervenants.

Les femmes autochtones semblent tenir un rôle exemplaire pour la préparation alimentaire dans ces communautés. Ce sentiment émane d'une implication essentiellement féminine dans le projet : l'organisation des activités dans les deux communautés était prise en charge par des femmes; le personnel des restaurants participants était exclusivement représenté par des cuisinières; les activités reflétaient une participation majoritairement féminine, seul un homme était présent. Nous l'avons dit, le recrutement ciblait prioritairement des jeunes mères célibataires. Toutefois, plusieurs répondantes ont émis l'idée de convier les hommes pour accroître leur intérêt, admettant que leur mari aurait été ravi de participer. Un homme invité aux dégustations des plats, confiait même son envie d'assister aux ateliers. Pour enfin permettre à

tous les volontaires d'être présents, il importe que les sessions prennent en compte un horaire plus flexible dépendant de la disponibilité des familles.

PRÉOCCUPATIONS PÉDAGOGIQUES

L'expérience des intervenants dans l'enseignement les dote d'une profonde expertise face aux stratégies susceptibles de motiver les apprentis en cuisine. Ils sont convaincus du fait que l'implication serait plus populaire si les membres voyaient un but concret à leur participation, telle l'attribution de récompenses plus valorisantes ou la relève d'un défi. Dans cette visée, ils suggèrent que les volontaires puissent suivre une formation pour ensuite, être capables d'offrir une éducation aux membres de leur propre communauté. Ces formateurs locaux donneraient plus de crédibilité à l'enseignement et auraient plus d'influence sur la collaboration des divers services alimentaires. Cette stratégie éducative habiliterait finalement les membres de la communauté à organiser et à gérer de façon autonome le déroulement des cuisines pour apprendre à intégrer des produits localement disponibles dans des recettes quotidiennes et familiales appropriées.

L'acquisition du savoir culinaire doit être solide pour que les hommes et les femmes qui la détiennent en tirent des avantages concrets et puissent transmettre ce savoir-faire. Les professionnels en nutrition plus ou moins présents dans les communautés, ont la notoriété et l'expérience idéales pour renforcer le format interventionnel.

La conception et l'utilisation d'un manuel culinaire durant les ateliers, visaient à ce que les participants puissent profiter d'un support matériel pour l'élaboration des plats et d'un aide-mémoire ultérieur. Le manuel représente un outil éducatif intéressant composé exclusivement de recettes imaginées et standardisées par les intervenants en fonction des denrées localement disponibles. L'idée était de rassembler des plats faciles, populaires et illustrés - perceptions relevées lors des dégustations et des banquets. Cependant, malgré les efforts investis dans la réalisation du manuel, l'impression de la version finale illustrée a malheureusement été avortée, par manque de fonds, privant les membres de la communauté d'une chance de renouveler l'expérience de façon autonome.

PRÉOCCUPATIONS ENVIRONNEMENTALES

Durant les entretiens, l'ironie utilisée par le répondant semblait être une façon de faciliter l'expression de ses préoccupations tout en les dédramatisant, sans pour autant biaiser la réalité de ses propos. Preuve faite que les récits recueillis au sujet d'événements reflètent souvent ce que nous avons nous-même observé, ceci afin de comprendre comment une personne du milieu

observé choisit de voir et de rapporter l'évènement en question. Tel est l'exemple de la réponse stupéfiante d'une des cuisinières à la question visant l'amélioration des activités, «get a new hostel... just kidding», non moins une des priorités apparentes de l'environnement. Bien que cette considération ne soit pas à la portée d'une modeste intervention de ce genre, ce commentaire profondément ironique reflète pourtant une des réalités du contexte et la nécessité évidente de remédier avant toutes choses à un milieu de travail incongru et à des conditions ardues. Dans cette vision, à la question traitant des moyens possibles pour améliorer l'alimentation des membre de la communauté, la même cuisinière s'exclame en suggérant de proposer des plats plus propices à la santé des gens : «don't propose "poutine" all the time (I'm kidding)... [we need] food with no fat (laughing)». L'ironie du sort laisse entrevoir que, malgré sa responsabilité et son implication dans la préparation des menus, elle se rend pertinemment compte que ce n'est pas la meilleure manière d'envisager le mieux-être de sa société.

Nous l'avons vu, il serait intéressant de guider le personnel hôtelier vers le choix raisonnable de produits alimentaires recommandés d'autant plus que les diététistes stagiaires ont identifié, sur les livres de commande, des produits adéquats qui ne sont pas plus dispendieux que les choix actuels. Bien que la proposition de choix meilleurs pour les consommateurs dépende de la sensibilisation des gérants des supermarchés et des restaurants, la conscientisation doit d'abord passer dans l'esprit des premiers responsables de l'importation alimentaire dans les communautés, les grossistes. En observant comparativement les diverses communautés, une inégalité évidente se creuse entre les services d'approvisionnement en denrées alimentaires, reflétant un désavantage chez les communautés les plus reculées, où la difficulté d'accès impose un coût additionnel de transport, particulièrement lorsque les affrètements doivent être aériens. L'observation directe confirme le besoin pour les services de consommation de proposer de la marchandise de meilleure qualité, spécialement dans la section des produits frais et surgelés. Selon les gérants des épiceries, les quotas imposés par les firmes sont restrictifs et ne laissent pas d'autres alternatives que de privilégier certains aliments déconseillés aux dépends des fruits et des légumes. D'autant plus que chaque firme se réserve le droit d'une exclusivité sur l'approvisionnement des magasins au risque de ne plus collaborer. Cette loi du tout ou rien est guidée par le fait qu'un transport partiel ne peut garantir une rentabilité suffisante. Les barrières rencontrées par les gérants ne sont pourtant pas dans l'approvisionnement même en produits adéquats, puisque généralement plus rentables, mais dans la nécessité de persuader leurs importateurs que les ventes futures n'en souffriront pas.

Il apparaît, en outre, que les participants ne sont pas toujours convaincus de la disponibilité réelle des ingrédients utilisés, malgré le fait qu'ils proviennent directement des

épicerie locales. Les participants ne se rendent pas suffisamment compte que l'élaboration de repas sains ne requiert pas nécessairement des produits extraordinaires, rarement voire jamais présents dans leur communauté. Bien que la disponibilité des aliments frais soit limitée, les chefs ont démontré qu'il est tout à fait possible de s'adapter aux ressources présentes pour élaborer des recettes équilibrées et diversifiées. Le manuel élaboré recèle une trentaine de plats différents, sachant que tous n'ont pas été intégrés parce qu'ils ne satisfaisaient pas suffisamment aux goûts populaires. Les premiers besoins ont été perçus au niveau d'un manque de support qui puisse guider les choix appropriés lorsque les gens vont à l'épicerie ou au restaurant. Les instructions nutritionnelles n'étant pas toujours évidentes, les professionnels en nutrition sont invités à envisager des «outils visuels» qui illustreraient, de façon simple et crédible, les aliments «réellement santé».

1.2.3 Efficacité d'une évaluation formative

La constatation selon laquelle la notion d'originalité définit avec force le format interventionnel proposé, vient du fait qu'elle englobe plusieurs faits exprimés par les répondants qui rendent manifeste un ensemble d'événements qui ne sont généralement pas courants dans ce type d'intervention communautaire.

Parce que les gens éprouvent parfois des difficultés à reconnaître leurs talents et potentiels individuels, il semble nécessaire de développer des outils pour les aider à se rendre compte de leur propre capacité à accomplir certaines tâches. Une stratégie palliative aux idées reçues et trop souvent stigmatisées serait à envisager, vu le profond intérêt éprouvé par les participants à retrouver un mode de vie adéquat. Les photographies témoignent d'ailleurs d'un enthousiasme général autour d'une atmosphère festive et des plats qui semblent susciter une grande curiosité traduite par l'expression corporelle, les regards ahuris, surpris, dégoûtés ou tout simplement souriants.

L'analyse qualitative est demeurée longtemps une activité nébuleuse en étant souvent assimilée à une démarche approximative de synthèse plus ou moins valable sur le plan scientifique. Bien que les méthodes quantitatives fassent preuve d'une étude plus objective des hypothèses à l'étude, elles prétendent un niveau de compréhension du processus et une mesure des variables clés qui parfois restent confus (Baranowski *et al.* 1999). Pour garantir la limpidité des relations étudiées et améliorer la description des facteurs de prédiction, le chercheur est d'autant plus crédible que son analyse est appuyée d'un regard qualitatif (Jaccoud *et al.* 1997).

Notre processus d'analyse marque une longue progression vers l'articulation d'un phénomène en autorisant durant la collecte des données, une grande flexibilité d'approche. À l'entrée, une masse imposante de données brutes formelles ou informelles; à la sortie, une description consciencieuse et minutieuse d'un phénomène savamment questionné. Entre les deux, une activité longue et patiente d'interprétation passant par une série de procédés précis, une suite de réflexions, de remises en question et de constructions toujours plus limpides, toujours mieux intégrées. C'est une démarche constamment retouchée de formalisation progressive d'un phénomène qui assure un résultat solidement ancré dans les données empiriques recueillies (Glaser 1969). Son évolution n'est alors ni prévue, ni liée au nombre de fois qu'une proposition apparaît dans les données à l'inverse d'une analyse de contenu d'un corpus généralement effectué par la voie du comptage et de la comparaison de mots ayant une valeur significative avant même la fin de l'analyse. Certes, toute théorisation, quel que soit le soin dont elle ait fait l'objet, demeure toujours partielle, limitée et relative. Cependant, elle comporte l'avantage de la logique, de la précision et de l'ambition et elle constitue une réponse auto-disciplinée du sens des phénomènes sociaux (Paillet 1994).

Les résultats de l'analyse reflètent la souplesse d'une évaluation qualitative basée sur des méthodes tant formelles qu'informelles et soulignent d'autant plus le potentiel d'un format d'éducation principalement contrôlé par les participants. La vision participative d'une recherche exige que son déroulement soit concrètement articulé selon la perception des acteurs concernés. Mais être à l'écoute va au-delà de la simple évaluation des besoins; cela signifie écouter ce que les communautés savent déjà, découvrir leurs aspirations, ce qu'elles jugent possible et souhaitable, ce qu'elles peuvent assumer.

Nous constatons que, sur le plan des relations interpersonnelles, l'application d'une telle approche participative favorise l'ouverture d'expression et d'idées innovatrices tout en encourageant les participants à s'impliquer activement dans les différentes activités développées. Les différents acteurs comprennent peu à peu au cours du processus d'évaluation qu'ils ont un véritable contrôle sur le devenir du projet parce qu'ils touchent un format flexible et ouvert à la négociation. La parole leur est donnée et cette parole peut suffire à changer un aspect du format, dans la mesure du possible. La possibilité de rendre compte des attentes des personnes concernées par le projet, souligne en outre un atout incontournable, considérant que des améliorations peuvent être entreprises dès lors que des perceptions pertinentes sont exprimées.

Cette activité devenant systématique permet, de plus, de créer des liens entre les divers acteurs impliqués et d'arriver à un consensus idéologique pour aboutir à un format qui puisse épouser les possibilités organisationnelles, environnementales, matérielles et humaines. Tous les

intérêts sont pris en compte de façon à conserver l'attention des acteurs et réaliser un schéma interventionnel tout à fait pertinent voué à répondre aux préoccupations de chacun.

L'évaluation formative traduit finalement une activité enrichissante et socialisante puisqu'une connaissance approfondie du jugement des autres est mise à nue, saisissant alors les intentions et valeurs réelles des diverses catégories d'acteurs. Elle fournit ainsi aux professionnels de la santé communautaire, l'occasion de mieux connaître les attentes des individus ou groupes d'individus et d'identifier les aspects positifs ou les barrières potentielles à l'application d'une activité éducative. Ceci implique que les différents acteurs s'associent pour bâtir un programme dont ils n'entendent pas tirer des bénéfices personnels ou immédiats mais cibler un mieux-être des membres de la communauté. L'évaluation formative n'est plus considérée comme un processus formel et contraignant : elle devient une activité banale et flexible, dépendante des préoccupations populaires et dont dépend profondément le programme.

2 LIMITES DE L'ÉTUDE

2.1 Nombre de participants

Une limite majeure à ce type d'évaluation est le nombre restreint d'entrevues obtenues. Toutefois, dans l'étude de Onyskiw par exemple, les évaluateurs ont cessé les entrevues après 17 participants du fait de la redondance des réponses (Onyskiw *et al.* 1999). Bien qu'étant incertains quant au niveau de saturation, nous observons que les propos et observations recueillis nous ont permis d'adresser, au moins partiellement, les objectifs escomptés.

Par ailleurs, malgré une éligibilité réduite aux jeunes mères célibataires de la communauté, certaines œuvraient dans des fonctions de santé publique (professionnelles de la santé et coordinatrices en santé communautaire). Bien qu'elles soient susceptibles d'influencer la nature des réponses, leurs propos soulignant déjà une richesse conceptuelle, leur perception semble toutefois importante si l'on considère leur intime implication dans la santé des gens et la confiance qui leur est attribuée. La participation est majorée par des personnes conscientes de la gravité du problème auquel est exposé la communauté et de l'urgence à y remédier.

2.2 Barrière linguistique

Il est toujours nécessaire de cogiter longuement sur la conception des questions et l'emploi des mots dans le questionnaire, d'autant plus que certains termes n'ont pas forcément la même connotation en cri. Ceci étant dit, il peut arriver qu'un faux-sens ouvre la discussion sur des aspects interventionnels pertinents auxquels nous n'aurions pas pensé.

Parlons tout d'abord du mot «healthy» qui peut curieusement prendre deux significations différentes selon qu'une personne est en bonne santé ou qu'elle semble bien portante. L'obésité qui semble être un problème dans notre société, n'a pas été interprétée de la sorte par les membres interrogés. Les individus sont beaucoup plus préoccupés par la relation qui existe entre leur alimentation et la montée du diabète, sans jamais évoquer une relation avec l'embonpoint. De ce point de vue, le fait de sensibiliser ces personnes à adopter des pratiques alimentaires qui seraient «healthier» risque parfois de porter à confusion et cibler des objectifs inadéquats. Cependant, la présence d'un facilitateur local peut aisément y remédier en assurant une traduction simultanée dans la langue maternelle et réciproquement, en donnant au répondant la possibilité d'exprimer plus aisément ses opinions.

Une autre erreur de sens s'est par ailleurs produite à la question traitant de la susceptibilité à sensibiliser le reste de la communauté à travers les événements communautaires. En employant l'expression «community feast» nous ciblions les banquets organisés dans le but d'initier le reste de la communauté à la cuisine des chefs. Cependant, les quelques réponses sans entrevue référaient aux fêtes traditionnelles durant lesquelles les aînés préparent exclusivement des plats traditionnels; l'expression «special community events when the chefs cook» nous a alors été suggérée. Toutefois, ce malentendu a ouvert la possibilité d'intéresser le reste de la communauté en montrant tout simplement aux gens comment appréhender les aliments traditionnels de façon plus adéquate. Cet aspect souligne l'importance d'adapter l'activité culinaire en conservant les valeurs locales et en facilitant l'appréhension de nouveaux produits dans la cuisine traditionnelle.

2.3 Conduite des entrevues et rôle de l'évaluateur

La réussite d'une entrevue dépend surtout de la souplesse de l'évaluateur à prévoir les blocages éventuels de communication et à adopter un comportement stratégique en recourant à des questions susceptibles d'amoindrir les obstacles (Gorden 1969). Parce qu'il est important que les énoncés soient perçus par chaque individu dans le sens voulu, le fait de poser différemment les questions dans chaque entretien est le reflet d'une évolution vers la compréhension des idées majeures émises par les répondants. Sachant que le potentiel d'intégration peut varier d'une personne à l'autre, ce processus de reformulation directe est certes la façon la plus adéquate de mener l'entretien, si l'on espère en retirer des informations suffisamment pertinentes.

L'évaluateur se doit d'être un individu neutre, c'est-à-dire autant que possible, dépouillé de valeurs sociales et personnelles. Néanmoins, nous venons de le voir, l'art du dialogue consiste à aider les répondants à dépasser leurs inhibitions et leurs craintes. Les réactions de l'évaluateur peuvent toutefois influencer le récit des répondants et la quête des réponses risque évidemment de contaminer la vérité par des biais, tel que les sentiments des participants à l'égard des intervenants ou des autres participants par peur de représailles, une objection concernant le format peut facilement entraîner l'abandon des activités. La politesse, le respect, le désir de plaire des participants peuvent aussi venir interférer avec la réalité des opinions. Ce genre d'erreurs incontournables peut cependant être limité en confirmant les énoncés par la triangulation des réponses avec d'autres informateurs.

Dans une situation imprévue où le répondant reste muet, l'évaluateur est aussi un facilitateur qui doit stimuler la parole et éviter l'intimidation. Cette situation est particulièrement impressionnante tant au niveau du répondant qu'au niveau d'un évaluateur encore novice. Le rôle de l'évaluateur neutre et inexpressif est souvent recommandé pour assurer la fiabilité des réponses aux entrevues (Onyskiw *et al.* 1999). Il est toutefois très troublant et déstabilisant pour un répondant de faire face à l'expression froide et vide d'une personne qui l'interroge, notamment dans ce contexte où la confiance vis-à-vis des étrangers est atteinte à la suite d'un long processus d'acceptation. On ne peut se permettre de débâtir cette relation en l'espace d'un regard. La compassion de l'évaluateur - ou attitude compréhensive - bien que souvent déconseillée, amplifie inéluctablement la locution du répondant qui n'a plus peur de heurter la sensibilité de l'évaluateur en dévoilant sa véritable perception du processus. Il est aussi important que l'évaluateur montre que son propre jugement n'a aucun poids sur le devenir du projet mais que la perception du répondant peut définitivement modifier le déroulement des activités dans le sens

espéré. La naïveté constante de l'évaluateur face au déroulement des activités peut alors accentuer la spontanéité des répondants sur une interprétation réelle des avantages et difficultés rencontrées.

2.4 Aspect subjectif de l'analyse

Une des principales critiques de cette étude formative concerne le fait qu'elle tienne compte de la subjectivité de l'évaluateur. Certains auteurs remettent en cause l'idée que la théorisation ancrée implique une influence du chercheur sur ses données (Turner 1981). Cependant, en affranchissant la connaissance tacite du milieu à travers ce processus inductif, la créativité du chercheur devient légitime.

Nous traitons tantôt de l'importance du langage subjectif pour appréhender le niveau de compréhension et les réactions des participants lors de l'observation en situation. Cette piste subjective est d'autant plus importante qu'elle est aussi nécessaire pour l'évaluation formative. Certains auteurs suggèrent que la tâche de l'évaluateur est d'envisager un travail qui capture l'essence de l'esprit sur lequel un projet essaye de s'appuyer (Hawe 1994). Parfois, la situation de l'entrevue communique des comportements émis dans des situations privées et conséquemment non accessibles publiquement, donnant alors un accès privilégié à l'expérience locale (Patton 1990).

3 CONCLUSION

Cette expérience nous montre à quel point les auteurs d'une telle investigation doivent faire preuve de flexibilité et d'une créativité considérable dans les ententes qu'ils réalisent avec les communautés et cela, malgré le poids des contraintes d'ordre économique, culturel et politique. Bien que les plans envisagés dans les premières phases de l'intervention aient été quelque peu transformés, les activités de cuisine ont systématiquement été entreprises lors de nos visites sur le territoire et chaque fois, différemment puisque de mieux en mieux adaptées aux souhaits des participants, aux possibilités organisationnelles et aux opportunités environnementales. Il est alors nécessaire de documenter avec soin les raisons de tels changements au niveau individuel et contextuel pour pouvoir clarifier les procédés par lesquels les participants en viennent à être intéressés par un tel format d'intervention.

L'approche écologique sur laquelle se base le projet semble cohérente pour tenter d'expliquer comment appréhender des pratiques plus adéquates dans un contexte socioculturel extrêmement particulier. L'idée de cet épanouissement souligne le bénéfice du savoir lorsque le participant fait son marché et qu'il sort au restaurant, et celui du savoir-faire lorsqu'il cuisine à la maison et ce, à travers un jugement personnel et un libre arbitre sur sa santé. Aussi, le développement d'une coalition entre divers organismes vers un objectif commun offre l'opportunité de profiter d'une activité compétente et d'un environnement stimulant pour donner une chance aux membres d'utiliser adéquatement les produits du supermarché sans toutefois bannir le mode de vie traditionnel. Cette intervention est ainsi qualifiée d'environnementale parce qu'elle n'exige pas d'un individu l'adhérence à un programme éducationnel précis, mais vise une alliance communautaire et l'épanouissement des individus dans une participation collective. L'implication étroite de diverses vocations dans la conception, l'application et l'évaluation formative de l'intervention établit finalement une base solide pour l'acceptation ultérieure et l'intégration culturelle des activités.

En s'appropriant les résultats et recommandations de l'analyse qualitative, les décideurs sont en mesure de construire un programme dont le format serait compatible avec l'intérêt des gens à participer. Pour assurer une pérennité d'implication, ces derniers ont inéluctablement besoin d'un support social, une expérience collective et motivée mais aussi, d'en savoir plus sur les choix alimentaires adéquats. Les stratégies d'intervention ont besoin d'être pertinentes et sensibles à la population étant donné le rôle imposant que joue la culture dans la conception des attitudes populaires et des comportements liés à la santé.

Nous espérons ainsi que cette étude permettra d'encourager l'utilisation de techniques d'évaluation proprement participatives, notamment dans le cadre du développement d'une éducation nutritionnelle en harmonie avec les intérêts personnels, organisationnels et communautaires. Parmi l'éventail des programmes possibles en santé communautaire, cette modeste intervention, à la fois vouée d'un réalisme et d'une originalité attrayante, devrait garantir son succès auprès de la population crie. L'utilisation d'un processus interactif d'évaluation qui puisse faire ressortir les opinions des divers acteurs impliqués dans le déroulement des activités, peut réellement optimiser un sentiment d'appartenance à un programme qui espère avant tout, une participation soutenue.

Suite à la présente étude, un rapport sera rédigé sous une forme vulgarisée de façon à rendre les conclusions et recommandations accessibles à tous les membres de la communauté. Cette évaluation attend d'être discutée avec les décideurs qui envisagent la planification adéquate d'un programme d'éducation nutritionnelle selon un format prometteur, susceptible d'encourager

les membres à participer. Un projet de formation nutritionnelle dans les restaurants des 9 communautés crie a récemment été engagé afin d'améliorer la qualité des repas proposés, grâce à la collaboration d'une nutritionniste et d'un «chef santé». Notre intervention serait en outre sur le point d'évoluer vers une concertation avec les entreprises d'approvisionnement alimentaire en vue d'une entente sur la qualité des produits importés dans les communautés de la Baie James, surtout les plus éloignées. Ce projet, principalement dirigé par Lorraine Paquette, diététiste au bureau de santé publique de Montréal Centre, envisage d'améliorer les quotas imposés par les compagnies alimentaires dont les priorités se concentrent sur la rentabilité des produits populaires plutôt que sur la qualité nutritionnelle de l'importation. Par ailleurs, les coordinateurs locaux de santé publique ont d'ores et déjà entamé un projet d'étiquetage dans les épiceries, initiative fortement sollicitée par nos répondants pour les aider à identifier les divers produits alimentaires et être certains de faire des choix appropriés.

En définitive, la richesse d'une évaluation réside dans la possibilité d'étendre l'application de son analyse hors des frontières de son contexte. Dans notre cas, il est possible que le mécanisme dévoilé ne soit pas unique, ni particulier aux deux communautés étudiées et qu'il puisse servir de point de départ à l'exploration de milieux voisins.

En tant qu'évaluation formative, cette étude a aidé à élucider certains aspects du projet jugés opportuns aux yeux des participants et des membres de l'équipe et a de ce fait, contribué à accroître l'implication de tous. Au niveau théorique, l'utilité du schéma de l'apprentissage développé dans la présente étude (*figure 7*) mériterait d'être validée. Dans notre cas, cette représentation identifie les éléments constitutifs de l'intérêt que porte notre population à participer à ce projet pilote, mais un tel schéma pourrait aider à planifier et évaluer d'autres interventions nutritionnelles similaires.

BIBLIOGRAPHIE

- ALKIN MC, PATTON MQ & WEISS CH (1990) *Debates on evaluation*. Newbury Park, Calif: Sage Publications.
- BALANDIER G (1988) *Le désordre: éloge du mouvement*. Paris: Fayard.
- BANDURA A (1977) Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychol Rev*, 84 (2): 191-215.
- BANDURA A (1982) The assessment and predictive generality of self-percepts of efficacy. *J Behav Ther Exp Psychiatry*, 13 (3): 195-9.
- BANDURA A (1986) *Social foundations of thought and action. A social cognitive theory*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- BANDURA A, GRUSEC JE & MENLOVE FL (1967) Some social determinants of self-monitoring reinforcement systems. *J Pers Soc Psychol*, 5 (4): 449-55.
- BANDURA A & WALTERS RH (1963) *Social learning and personality development*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- BARANOWSKI T, CULLEN KW & BARANOWSKI J (1999) Psychosocial correlates of dietary intake: advancing dietary intervention. *Annu Rev Nutr*, 19 17-40.
- BARTHOLOMEW LK, PARCEL GS & KOK G (1998) Intervention mapping: a process for developing theory- and evidence-based health education programs. *Health Educ Behav*, 25 (5): 545-63.
- BEECH BM, RICE R, MYERS L, JOHNSON C & NICKLAS TA (1999) Knowledge, attitudes, and practices related to fruit and vegetable consumption of high school students. *J Adolesc Health*, 24 (4): 244-50.
- BÉRIAULT S (1992) Habitudes et comportements alimentaires des Cris. In *Manuel de nutrition adapté aux autochtones cris*. Conseil Cri de la Santé et des Services Sociaux de la Baie James.
- BERNSTEIN E, WALLERSTEIN N, BRAITHWAITE R, GUTIERREZ L, LABONTE R & ZIMMERMAN M (1994) Empowerment forum: a dialogue between guest editorial board members. *Health Educ Q*, 21 (3): 281-94.
- BERRY JW (1990) Acculturation and adaptation: health consequences of culture contact among circumpolar peoples. *Arctic Med Res*, 49 (3): 142-50.
- BIRCH LL (1999) Development of food preferences. *Annu Rev Nutr*, 19: 41-62.

- BRANT CC (1990) Native ethics and rules of behaviour. *Can J Psychiatry*, 35 (6): 534-9.
- BRUG J, GLANZ K & KOK G (1997) The relationship between self-efficacy, attitudes, intake compared to others, consumption, and stages of change related to fruit and vegetables. *Am J Health Promot*, 12 (1): 25-30.
- BUTTERFOSS FD, GOODMAN RM & WANDERSMAN A (1996) Community coalitions for prevention and health promotion: factors predicting satisfaction, participation, and planning. *Health Educ Q*, 23 (1): 65-79.
- CARDELLO AV & SAWYER FM (1992) Effect of disconfirmed consumer expectations on food acceptance. *J Sens Stud*, 7: 253-77.
- CHAPOULIE JM (1984) Everett C. Hughes et le développement du travail de terrain en France. *Rev Fr Sociol*, 25 (4): 582-608.
- CHEN H & ROSSI PH (1983) Evaluation with sens: the theory-driven approach. *Eval Rev*, 7: 283-302.
- CHEN H & ROSSI PH (1989) Issues in the theory-driven perspective. *Eval Program Plann*, 12: 299-306.
- CLARK MM, ABRAMS DB, NIAURA RS, EATON CA & ROSSI JS (1991) Self-efficacy in weight management. *J Consult Clin Psychol*, 59 (5): 739-44.
- COMTE A & KREMER-MARIETTI A (2001) *Plan des travaux scientifiques nécessaires pour réorganiser la société*. Paris: L'Harmattan.
- CONNOLLY CR (1989) A commentary on "Achieving Health for All: a Framework for Health Promotion". *J Can Diet Assoc*, 50 (2): 89-92.
- CONTENTO I (1995) Exectutive summary. The effectiveness of nutrition education and implications for nutrition education policy, programs and research: a review of research. *J Nutr Educ*, 27 (Special issue): 279-83.
- CORIN E, BIBEAU G, MARTIN JC & LAPLANTE R (1990) *Comprendre pour soigner autrement*. Montréal: Presses de l'Université de Montréal.
- CUTCLIFFE JR (2000) Methodological issues in grounded theory. *J Adv Nurs*, 31 (6): 1476-84.
- DANIEL LB (1999) Women and cardiovascular diseases. *Can J Cardiol*, 15 (Suppl G): 32G-9G.
- DANIEL M & GAMBLE D (1995) Diabetes and Canada's aboriginal peoples: the need for primary prevention. *Int J Nurs Stud*, 32 (3): 243-59.
- DANIEL M, GREEN LW, MARION SA, GAMBLE D, HERBERT CP, HERTZMAN C & SHEPS SB (1999) Effectiveness of community-directed diabetes prevention and control in a rural Aboriginal population in British Columbia, Canada. *Soc Sci Med*, 48 (6): 815-32.
- DAVELUY C, LAVALLÉE C, CLARKSON M & ROBINSON E (1994) *Et la santé des Cris, ça va? Rapport de l'enquête Santé Québec auprès des Cris de la Baie James, 1991*. Montréal: Ministère de la Santé et des Services Sociaux, Gouvernement du Québec.
- DAVIS MZ (1986) Observation in natural settings. In Chenitz WC & Swanson JM, *From practice to grounded theory*. Menlo Park, Calif: Addison-Wesley.

- DELISLE HF & EKOE JM (1993) Prevalence of non-insulin-dependent diabetes mellitus and impaired glucose tolerance in two Algonquin communities in Quebec. *CMAJ*, 148 (1): 41-7.
- DEMARS PA (1992) An occupational therapy life skills curriculum model for a Native American tribe: a health promotion program based on ethnographic field research. *Am J Occup Ther*, 46 (8): 727-36.
- DOWSE G, COLLINS V, ZIMMET P & FINCH C (1990) Cross-sectional and longitudinal relationship between obesity, hypertension and coronary heart disease in Micronesian Nauruans. *Diabetes Res Clin Pract*, 10 (Suppl 1): S179-83.
- DREYFUS HL, ATHANASIOU T & DREYFUS SE (1988) *Mind over machine: the power of human intuition and expertise in the era of the computer*. New York: Free Press.
- DUFRESNE J, DUMONT F & MARTIN Y (1985) *Traité d'anthropologie médicale: l'institution de la santé et de la maladie*. Lyon: Presses Universitaires.
- DUIGNAN P & CASSWELL S (1989) Evaluating community development programs for health promotion: problems illustrated by a New Zealand example. *Community Health Stud*, 13 (1): 74-81.
- DWYER JT & OUYANG CM (2000) What can industry do to facilitate dietary and behavioural changes? *Br J Nutr*, 83 (Suppl 1): S173-80.
- ENGELL D, BORDI P, BORJA M, LAMBERT C & ROLLS B (1998) Effects of information about fat content on food preferences in pre-adolescent children. *Appetite*, 30 (3): 269-82.
- FARQUHAR JW, FORTMANN SP, FLORA JA, TAYLOR CB, HASKELL WL, WILLIAMS PT, MACCOBY N & WOOD PD (1990) Effects of communitywide education on cardiovascular disease risk factors: Stanford Five-City Project. *JAMA*, 264 (3): 359-65.
- FETTERMAN DM (1988) *Qualitative approaches to evaluation in education : the silent scientific revolution*. New York: Praeger.
- FETTERMAN DM (2000) *Foundations of empowerment evaluation*. Thousand Oaks, Calif: Sage Publications.
- FEUNEKES GI, STAFLEU A, DE GRAAF C & VAN STAVEREN WA (1997) Family resemblance in fat intake in The Netherlands. *Eur J Clin Nutr*, 51 (12): 793-9.
- FISHER JO & BIRCH LL (1999) Restricting Access to Foods and Children's Eating. *Appetite*, 32 (3): 405-19.
- FORTIN A (1987) L'observation participante: au coeur de l'altérité. In Deslauriers JP, *Les méthodes de la recherche qualitative*. Sillery: Presses de l'Université du Québec, pp 23-33.
- FREIRE P (1973) *Education for critical consciousness*. New York: Seabury Press.
- GLANZ K, BRUG J & VAN ASSEMA P (1997) Are awareness of dietary fat intake and actual fat consumption associated? A Dutch-American comparison. *Eur J Clin Nutr*, 51 (8): 542-7.
- GLANZ K & KOLONEL LN (1998) Culture, religion, diet and health: challenges and opportunities. *Nutrition*, 14 (2): 238-40.

- GLANZ K, LANKENAU B, FOERSTER S, TEMPLE S, MULLIS R & SCHMID T (1995) Environmental and policy approaches to cardiovascular disease prevention through nutrition: opportunities for state and local action. *Health Educ Q*, 22 (4): 512-27.
- GLANZ K, LEWIS FM & RIMER BK (1990) *Health behavior and health education : theory, research, and practice*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- GLANZ K & MULLIS RM (1988) Environmental interventions to promote healthy eating : a review of models, programs and evidence. *Health Educ Q*, 15 (4): 395-415.
- GLASER B (1969) The constant comparative method of qualitative analysis. In McCall G & Simmons JL, *Issues in participants observation: a text and a reader, reading*. Menlo Park, Calif: Addison-Wesley, pp 216-28.
- GLASER B & STRAUSS A (1967) *The discovery of Grounded Theory*. Chicago: Aldine Publishing.
- GLASGOW RE, VOGT TM & BOLES SM (1999) Evaluating the public health impact of health promotion interventions: the RE-AIM framework. *Am J Public Health*, 89 (9): 1322-27.
- GOODSTADT MS, HYNDMAN B, MCQUEEN DV, POTVIN L, ROOTMAN I & SPRINGETT J (2001) Evaluation in health promotion: synthesis and recommendations. *WHO Reg Publ Eur Ser*, 92: 517-33.
- GORDEN RL (1969) *Interviewing: strategy, techniques and tactics*. Georgetown, Ont: Irwin-Dorsey.
- GRAY-DONALD K, ROBINSON E, COLLIER A, DAVID K, RENAUD L & RODRIGUES S (2000) Intervening to reduce weight gain in pregnancy and gestational diabetes mellitus in Cree communities: an evaluation. *CMAJ*, 163 (10): 1247-51.
- Special working group for the Cree Regional Child and Family Services Committee (2000) Planning research for greater community involvement and long-term benefit *CMAJ*, 163 (10) [editorial].
- GREEN LW (1986) The theory of participation. *Adv Health Educ*, 1 (Pt A): 211-36.
- GREEN LW (1995) Recherche participative et promotion de la santé: bilan et recommandations pour le développement de la recherche participative en promotion de la santé au Canada. Institute of Health Promotion Research. *Consortium for Health Promotion Research*.
- GREEN LW, COSTAGLIOLA D & CHWALOW AJ (1991) Educational diagnosis and evaluation of educational strategies (Precede Model): practical methodology for inducing changes in behavior and health status. *Journ Annu Diabetol Hotel Dieu* pp 227-40.
- GREEN LW & KREUTER MW (1999) *Health promotion planning: an educational and ecological approach*. Mountain View, Calif: Mayfield Pub. Co.
- GREEN LW, RICHARD L & Potvin L (1996) Ecological foundations of health promotion. *Am J Health Promot*, 10 (4): 270-81.
- GUBA EG & LINCOLN YS (1981) *Effective evaluation*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- GUBA EG & LINCOLN YS (1989) *Fourth generation evaluation*. Newbury Park, Calif: Sage Publications.

- HAMMOND OW (1988) Needs assessment and policy development - Native Hawaiians as Native Americans. *Am Psychol*, 43 (5): 383-87.
- Hawe P (1994) Capturing the meaning of 'community' in community intervention evaluation: some contributions from community psychology. *Health Promot Int*, 9: 199-210.
- HEMBROFF L, PERLSTADT H, HENRY RC, HOGAN AJ, WEISSERT CS, BLAND CJ, HARRIS DL, KNOTT JH & STARNAMAN SM (1999) When (not if) evaluation flexibility is desirable. Examples from the CPHPE initiative. *Eval Health Prof*, 22 (3): 325-41.
- HOLLIS JF, CARMODY TP, CONNOR SL, FEY SG & MATARAZZO JD (1986) The Nutrition Attitude Survey: associations with dietary habits, psychological and physical well-being, and coronary risk factors. *Health Psychol*, 5 (4): 359-74.
- HOLUND U (1990) The effect of a nutrition education programme 'learning by teaching' on the dietary attitudes of a group of adolescents. *Community Dent Health*, 7 (4): 395-401.
- ISRAEL BA (1985) Social networks and social support: implications for natural helper and community level interventions. *Health Educ Q*, 12 (1): 65-80.
- ISRAEL BA, CHECKOWAY B, SCHULZ A & ZIMMERMAN M (1994) Health education and community empowerment: conceptualizing and measuring perceptions of individual, organizational, and community control. *Health Educ Q*, 21 (2): 149-70.
- JACCOUD M & MAYER R (1997) L'observation en situation et la recherche qualitative. In Poupart J, Deslauriers JP et al, *La recherche qualitative: enjeux épistémologiques et méthodologiques*. Boucherville: Gaëtan Morin.
- JUDD J, FRANKISH CJ & MOULTON G (2001) Setting standards in the evaluation of community-based health promotion programmes: a unifying approach. *Health Promot Int*, 16 (4): 367-80.
- KELLY RB, ZYZANSKI SJ & ALEMAGNO SA (1991) Prediction of motivation and behavior change following health promotion: role of health beliefs, social support, and self-efficacy. *Soc Sci Med*, 32 (3): 311-20.
- KING S & GIBNEY M (1999) Dietary advice to reduce fat intake is more successful when it does not restrict habitual eating patterns. *J Am Diet Assoc*, 99 (6): 685-9.
- KRISTAL AR, HEDDERSON MM, PATTERSON RE, NEUHOUSER M & NEUHAUSER ML (2001) Predictors of self-initiated, healthful dietary change. *J Am Diet Assoc*, 101 (7): 762-6.
- KRISTAL AR, PATTERSON RE, GLANZ K, HEIMENDINGER J, HEBERT JR, FENG Z & PROBART C (1995) Psychosocial correlates of healthful diets: baseline results from the Working Well Study. *Prev Med*, 24 (3): 221-8.
- KVALE S (1996) *Interviews: an introduction to qualitative research interviewing*. Thousand Oaks, Calif: Sage Publications.
- LABONTE R, WOODARD GB, CHAD K & LAVERACK G (2002) Community capacity building: a parallel track for health promotion programs. *Can J Public Health*, 93 (3): 181-2.
- LALONDE M (2002) New perspective on the health of Canadians: 28 years later. *Rev Panam Salud Publica*, 12 (3): 149-52.

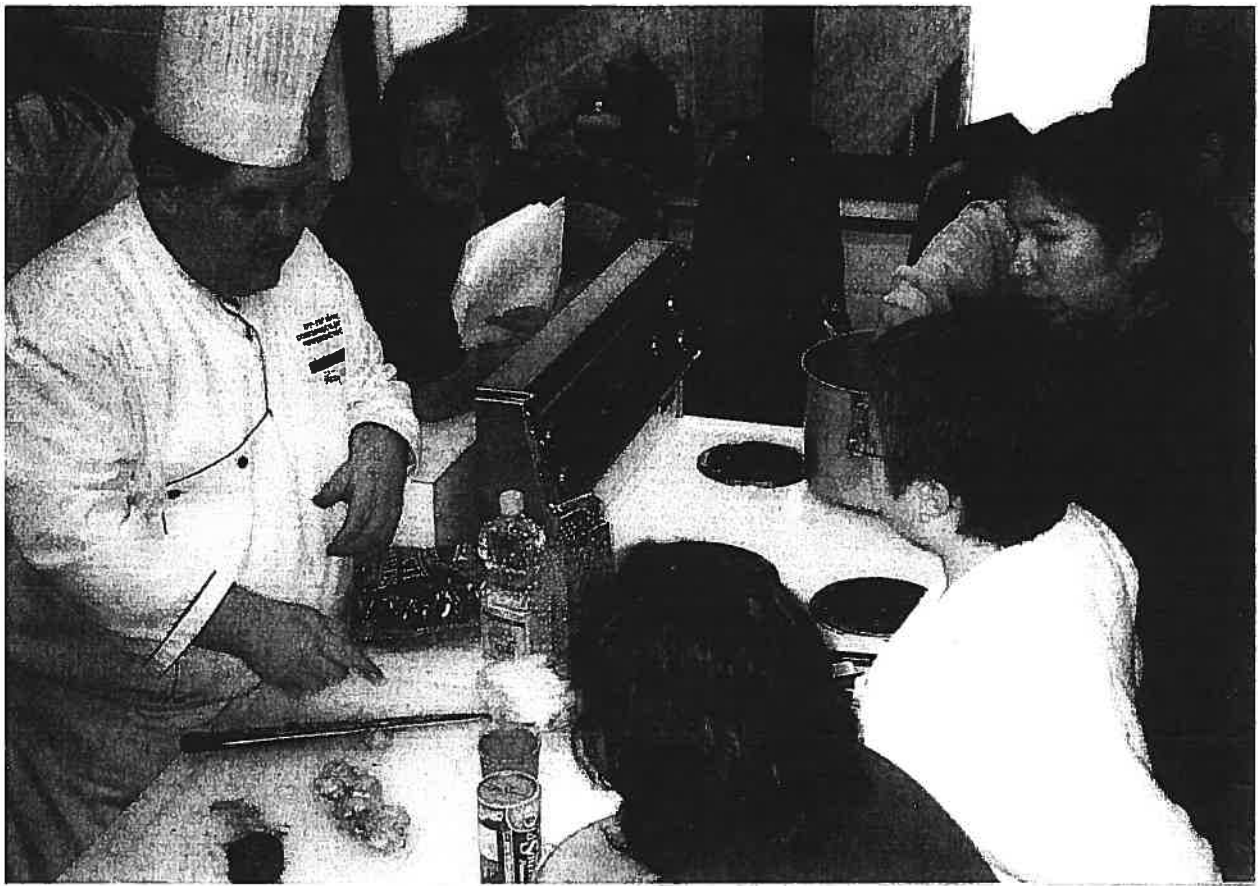
- LALONDE M, LARSSON I, LISSNER L & WILHELMSEN L (1974) *A new perspective on the health of Canadians*. Ottawa: Ministère de la Santé Nationale et du Bien-Être Social.
- LAPERRIÈRE A (1997) L'observation directe. In Gauthier, P *Recherche sociale: de la problématique à la collecte des données*. Sainte-Foy: Presses de l'Université du Québec. pp 241-62.
- LAVERACK G & WALLERSTEIN N (2001) Measuring community empowerment: a fresh look at organizational domains. *Health Promot Int*, 16 (2): 179-85.
- LeMaster PL & CONNELL CM (1994) Health education interventions among Native Americans: a review and analysis. *Health Educ Q*, 21 (4): 521-38.
- LINCOLN YS & GUBA EG (1985) *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, Calif: Sage Publications.
- MACAULAY AC, PARADIS G, POTVIN L, CROSS EJ, SAAD-HADDAD C, MCCOMBER A, DESROSIERS S, KIRBY R, MONTOUR LT, LAMPING DL, LEDUC N & RIVARD M (1997) The Kahnawake Schools Diabetes Prevention Project: intervention, evaluation, and baseline results of a diabetes primary prevention program with a native community in Canada. *Prev Med*, 26 (6): 779-90.
- MAO Y, MORRISON H, SEMENCIW R & WIGLE D (1986) Mortality on Canadian Indian reserves 1977-1982. *Can J Public Health*, 77 (4): 263-8.
- MARANTZ PR (1990) Blaming the victim: the negative consequence of preventive medicine. *Am J Public Health*, 80 (10): 1186-7.
- MARQUIS S, THOMSON C & MURRAY A (2001) Assisting people with a low income to start and maintain their own community kitchens. *Can J Diet Pract Res*, 62 (3): 130-2.
- McLEROY KR, BIBEAU D, STECKLER A & GLANZ K (1988) An ecological perspective on health promotion programs. *Health Educ Q*, 15 (4): 351-77.
- NATIONAL CHOLESTEROL EDUCATION PROGRAM & NHLBI OBESITY EDUCATION INITIATIVE (1994) *Step by step: eating to lower your high blood cholesterol*. Department of Health and Human Services, Public Health Service, National Institutes of Health, National Heart Lung & Blood Institute. Bethesda, Md: U.S.
- NATIONAL RESTAURANT ASSOCIATION & THE GALLUP ORGANIZATION (1984) *Changes in consumer eating habits*. Washington, DC: NRA.
- NICHOLS L (2002) Participatory programme planning: including program participants and evaluators. *Eval Program Plann*, 25: 1-14.
- NICKLAS TA, JOHNSON CC, MYERS L, FARRIS RP & CUNNINGHAM A (1998) Outcomes of a high school program to increase fruit and vegetable consumption: Gimme 5—a fresh nutrition concept for students. *J Sch Health*, 68 (6): 248-53.
- NUTBEAM D (1999) Evaluating health promotion. *BMJ*, 318 (7180): 404A.
- NUTBEAM D & CATFORD J (1987) The Welsh Heart Program evaluation strategy : process, plans and possibilities. *Health Promot*, 2 (1): 5-18.
- ONYSKIW JE, HARRISON MJ, SPADY D & MCCONNAN L (1999) Formative evaluation of a collaborative community-based child abuse prevention project. *Child Abuse Negl*, 23 (11): 1069-81.

- OUNPUU S, WOOLCOTT DM & GREENE GW (2000) Defining stage of change for lower-fat eating. *J Am Diet Assoc*, 100 (6): 674-9.
- OVRETVEIT J (1998) *Evaluating health intervention*. Buckingham: Open University Press.
- OVRETVEIT J & DAVIES K (1988) Client participation in mental handicap services. *Health Serv Manage*, 84 (5): 112-6.
- PAILLET P (1994) L'analyse par théorisation ancrée. In *Critiques féministes et savoirs*. Sherbrooke: Presses de l'Université de Sherbrooke.
- PALMER J & LEONTOS C (1995) Nutrition training for chefs: taste as an essential determinant of choice. *J Am Diet Assoc*, 95 (12): 1418-21.
- PATE RR, TROST SG, MULLIS R, SALLIS JF, WECHSLER H & BROWN DR (2000) Community interventions to promote proper nutrition and physical activity among youth. *Prev Med*, 31 (2): S138-S49.
- PATTERSON RE, SATIA JA, KRISTAL AR, NEUHOUSER ML & DREWNOWSKI A (2001) Is there a consumer backlash against the diet and health message? *J Am Diet Assoc*, 101 (1): 37-41.
- PATTON MQ (1997) *Utilization-focused evaluation: the new century text*. Thousand Oaks, Calif: Sage Publications.
- PATTON MQ (1990) *Qualitative evaluation and research methods*. Newbury Park, Calif: Sage Publications.
- PATTON MQ (1987) *How to use qualitative methods in evaluation*. Newbury Park, Calif: Sage Publications.
- PAUZÉ E (1984) *Techniques d'entretien et d'entrevue*. Outremont: Modulo.
- PELCHAT ML & PLINER P (1995) "Try it. You'll like it." Effects of information on willingness to try novel foods. *Appetite*, 24 (2): 153-65.
- PENROSE R (1994) *Shadows of the mind: a search for the missing science of consciousness*. Oxford: Oxford University Press.
- PIRIE PL, STONE EJ, ASSAF AR, FLORA JA & MASCHEWSKY-SCHNEIDER U (1994) Program evaluation strategies for community-based health promotion programs: perspectives from the cardiovascular disease community research and demonstration studies. *Health Educ Res*, 9 (1): 23-36.
- PUSKA P (1981) The North Karelia project. *Rev Epidemiol Sante Publique*, 29 (2): 109-11.
- RACINE S & ST-ONGE M (2000) Collective kitchens: the way to promote mental health. *Can J Commun Ment Health*, 19 (1): 37-62.
- RAPPAPORT J (1987) Terms of empowerment/exemplars of prevention: toward a theory for community psychology. *Am J Community Psychol*, 15 (2): 121-48.
- RECEVEUR O, GODIN C, CHÉRIF A, CHEEZO J & TORRIE J (2003) Market food and the quality of the Cree diet. *in press*.
- REGAN C (1987) Promoting nutrition in commercial foodservice establishments: a realistic approach. *J Am Diet Assoc*, 87 (4): 486-8.

- RENAUD L, CHEVALIER S & O'LOUGHLIN J (1997) Institutionalization of community programs: review of theoretical models and proposal of a model. *Can J Public Health*, 88 (2): 109-13.
- RÉSEAU DES MENUS MIEUX VIVRE (1989) *Programme et ses outils faits en concertation avec les restaurateurs et les hôteliers de l'ouest de l'île de Montréal*. Département de santé communautaire de l'Hôpital du Lakeshore.
- ROININEN K, TUORILA H, ZANDSTRA EH, DE GRAAF C, VEHKALAHTI K, STUBENITSKY K & MELA DJ (2001) Differences in health and taste attitudes and reported behaviour among Finnish, Dutch and British consumers: a cross-national validation of the Health and Taste Attitude Scales (HTAS). *Appetite*, 37 (1): 33-45.
- ROY B (2002) *Sang sucré, pouvoirs codés et médecine amère. Diabète et processus de construction identitaire: les dimensions socio-politiques du diabète chez les Innus de Pessamit*. Québec: Presses de l'Université Laval.
- SAMUELS SE (1990) Project LEAN: a national campaign to reduce dietary fat consumption. *Am J Health Promot*, 4 (6): 435-40.
- SCHURMAN M (1983) Community teamwork in nutrition education: an example in Canada's north. *Hum Nutr Appl Nutr*, 37 A (3): 172-9.
- SCRIVEN M (1966) *The methodology of evaluation*. Boulder, Colo: Social Science Education Consortium.
- SHARPE PA, GREANEY ML, LEE PR & ROYCE SW (2000) Assets-oriented community assessment. *Public Health Rep*, 115 (2-3): 205-11.
- SHEA S & BASCH CE (1990) A review of five major community-based cardiovascular disease prevention programs. Part II: Intervention strategies, evaluation methods, and results. *Am J Health Promot*, 4 (4): 279-87.
- SHORTTRIDGE R (1985) *A Motivation Generating Model: a means for new levels of success in nutrition education and counseling*. Dairy Council of California.
- SKINNER BF & REESE EP (1971) A Demonstration of behavioral processes. Meredith Corp & Fisher-Slezas Films
- SOLOMON DS & MACCOBY N (1984) Communication as a model for health enhancement. In *Behavioral health: a handbook of health enhancement & disease prevention*. New York: Wiley, pp 209-21.
- STACHENKO S (1996) The Canadian Heart Health Initiative: dissemination perspectives. *Can J Public Health*, 87 (2): S57-9.
- STAFLEU A, DE GRAAF C, VAN STAVEREN WA & DE JONG MA (1994) Attitudes towards high-fat foods and their low-fat alternatives: reliability and relationship with fat intake. *Appetite*, 22 (2): 183-96.
- STECHER BM, DAVIS WA & MORRIS LL (1987) *How to focus an evaluation*. Newbury Park, Calif: Sage Publications.
- STORY M, NEUMARK-SZTAINER D, RESNICK MD & BLUM RW (1998) Psychological factors and health behaviors associated with inadequate fruit and vegetable intake among American-Indian and Alaska-Native adolescents. *J Nutr Educ*, 30: 100-6.

- STRAUSS A & CORBIN J (1990) Grounded Theory procedures and techniques. In *Basics of qualitative research*. Newbury Park, Calif: Sage Publications.
- STUBENITSKY K, AARON J, CATT S & MELA D (2000) The influence of recipe modification and nutritional information on restaurant food acceptance and macronutrient intakes. *Public Health Nutr*, 3 (2): 201-9.
- SULLIVAN M, KONE A, SENTURIA KD, CHRISMAN NJ, CISKE SJ & KRIEGER JW (2001) Researcher and researched-community perspectives: toward bridging the gap. *Health Educ Behav*, 28 (2): 130-49.
- TARASUK V & REYNOLDS R (1999) A qualitative study of community kitchens as a response to income-related food insecurity. *Can J Diet Pract Res*, 60 (1): 11-6.
- THORNTON H (2001) Information and involvement. *Health Expect*, 4 (1): 71-4.
- TUORILA H, MEISELMAN HL, BELL R, CARDELLO AV & JOHNSON W (1994) Role of sensory and cognitive information in the enhancement of certainty and liking for novel and familiar foods. *Appetite*, 23 (3): 231-46.
- TURNER B (1981) Some practical aspects of qualitative data analysis: one way of organising the cognitive processes associated with the generation of grounded theory. *J Adv Nurs*, 15: 225-45.
- VICKERS MJ (1993) Understanding obesity in women. *JOGN Nurs*, 22 (1): 17-23.
- WAHLQVIST ML (2000) Clinicians changing individual food habits. *Asia Pacific J Clin Nutr*, 9 (Suppl): S55-9.
- WALLERSTEIN N & BERNSTEIN E (1988) Empowerment education: Freire's ideas adapted to health education. *Health Educ Q*, 15 (4): 379-94.
- WALLERSTEIN N & BERNSTEIN E (1994) Introduction to community empowerment, participatory education, and health. *Health Educ Q*, 21 (2): 141-8.
- WANG C & BURRIS MA (1994) Empowerment through photo novella: portraits of participation. *Health Educ Q*, 21 (2): 171-86.
- WEAVER HN (1999) Assessing the needs of Native American communities: a Northeastern example. *Eval Program Plann*, 22 (2): 155-61.
- WIENER RL, WILEY D, HUELSMAN T & HILGEMANN A (1994) Needs assessment: combining qualitative interviews and concept mapping methodology. *Evaluation Review*, 18 (2): 227-40.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (1986) Ottawa charter for health promotion. *Can J Public Health*, 77 (6): 425-30.
- ZIMMERMAN MA & RAPPAPORT J (1988) Citizen participation, perceived control, and psychological empowerment. *Am J Community Psychol*, 16 (5): 725-50.

Préparation des aliments avec les femmes de la communauté



ANNEXE I

INSTRUMENTATION DE SUPPORT À L'ÉVALUATION

| | |
|--|----------------|
| ÉCHANTILLONS DU MANUEL DE RECETTES | I ₂ |
| ÉCHELLE DE SATISFACTION | I ₄ |
| CALENDRIER D'APPROPRIATION DES RECETTES DU MANUEL | I ₄ |
| APPROBATION DU PROTOCOLE DE RECHERCHE PAR LE COMITÉ D'ÉTIQUE | I ₅ |

Orange chicken

6 servings

Health chef: Hop Lam Dao

Cooking directions: in oven 350°F

Ingredients

6 chicken breasts (4-5 on. (120-150g)each)
 deboned, skinned
 Skin of 1 orange, minced (zest)
 Flesh of 1 orange, in segments
 Pepper to taste
 ¼ tsp (1 ml) salt
 1 tbsp (15 ml) canola oil

Directions

Put the chicken breasts in a cooking pan and cover lightly with oil. Add salt and pepper. Put orange zest around the chicken and wrap with aluminium foil. Cook in oven at 350°F for 30 minutes. Uncover. Add orange sauce and cook for 15 minutes. One minute before serving, decorate with orange segments.

Orange sauce

2 tbsp (30 ml) white sugar
 2 tbsp (30 ml) water
 ½ cup (125 ml)orange juice, 100% pure, no
 sugar added
 ½ cup (125 ml) water
 1 tbsp (15 ml) vinegar

In a small pot, boil the water (2 tbsp) and sugar for 5-6 minutes until the syrup is brownish. Add slowly the orange juice, water (1/2 cup) and vinegar. Cook for 10 minutes.



Covering the chicken when cooking will help it to cook evenly with just a little fat. You can serve it with rice.



This recipe contains good fat with the canola oil and antioxidant vitamins with the orange and its juice. Those who need to control their sugar intake will eat this chicken without the sauce.



What a great idea to buy frozen chicken breasts. They are so useful!



The internal cooking temperature for poultry like chicken, turkey, etc. is 185°F (85°C).



The best time to floss is after suppertime.

Heavenly pie

6 servings

Health chef: Jimmy O'Brien

Cooking directions: in oven 350°F and 450°F

Ingredients

1 ¼ cup (300 ml) corn flakes
 1/3 cup (75 ml) non hydrogenated margarine,
 melted
 6 tbsp (90 ml) brown sugar
 3 tbsp (45 ml) all purpose flour

Directions

Crush corn flakes with a rolling pin. In a bowl, put the crushed flakes, margarine, brown sugar and flour and mix delicately. Put the mix in a 10 inch plate and spread evenly on the bottom and rim. Cook for 10 minutes at 375°F.

Filling

4 cups (1 L) 1% milk
 ½ cup (125 ml) corn starch
 3 egg yolks, big
 2 tsp (10 ml) vanilla extract
 ¾ cup (175 ml) white sugar

In a double boiler, mix corn starch with the milk. Add yolks, vanilla and sugar. Stir well. Bring to slow boil at low temperature. Stir regularly with a spatula and a whip. Cook for 12-15 minutes and put it in the crust. Refrigerate for 3 hours.

Topping

3 egg whites, big
 ¼ cup (60 ml) white sugar
 2 tsp (10 ml) corn starch

In a bowl beat egg whites until they form soft peaks with a mixer or a whip. Beat at high speed while adding sugar and starch. Spread the meringue on the pie. Put the pie in the oven and broil at high temperature (450°F) for about 2-3 minutes, leaving the oven door slightly open. Put the pie in the refrigerator until time of serving.



Meringue brings a holiday air to every day life. The filling of this pie is a good way to include milk products in the menu.



To increase fibres, add 1 tbsp (15 ml) of wheat bran to the crust preparation. Those who need to decrease their sugar consumption will eat a smaller portion. Buying 1% or 2% fat milk and using non hydrogenated margarine is a good healthy strategy in all recipes.








Milk products are kept in the refrigerator at 40°F (4°C). It is the same with all the food containing milk and milk products.



Milk and products are a high source of calcium, necessary to build and strengthen teeth.

ÉCHELLE DE SATISFACTION

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
|  |  |  |  |  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| TRÈS INSATISFAIT | INSATISFAIT | NE SAIT PAS | SATISFAIT | TRÈS SATISFAIT |

CALENDRIER D'APPROPRIATION DES RECETTES DU MANUEL

| | NOVEMBER | DECEMBER | JANUARY | FEBRUARY | MARCH | APRIL | MAY | JUNE |
|----|----------|----------|---------|----------|-------|-------|-----|------|
| 1 | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | | |
| 23 | | | | | | | | |
| 24 | | | | | | | | |
| 25 | | | | | | | | |
| 26 | | | | | | | | |
| 27 | | | | | | | | |
| 28 | | | | | | | | |
| 29 | | | | | | | | |
| 30 | | | | | | | | |
| 31 | | | | | | | | |

APPROBATION DU PROTOCOLE DE RECHERCHE PAR LE COMITÉ D'ÉTIQUE

**APPROBATION DU COMITÉ D'ÉTHIQUE DE LA RECHERCHE
DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE**

Le Comité d'éthique a étudié le projet intitulé :

Évaluation formative d'une intervention basée sur une approche d'éducation nutritionnelle visant une utilisation saine des produits du supermarché dans deux communautés Cries de la Baie James, Eastmain et Mistissini

présenté par : Mme Karoline Gaudot et Dr Olivier Receveur

et considère que la recherche proposée sur des humains est conforme à l'éthique.



Dr Vincent F. Castellucci, Président

Date d'étude : 21 mars 2002

Date d'approbation : **Approuvé**

Numéro de référence : CERFM 39 (02) 4#46

N.B. Veuillez utiliser le numéro de référence dans toute correspondance avec le Comité d'éthique relativement à ce projet.

Le Comité comprend que le chercheur se conformera à l'article 19 de la Loi sur les services de santé et services sociaux.

ANNEXE II

MATÉRIEL DE L'ÉVALUATION FORMATIVE

| | |
|--------------------------------|-----------------|
| QUESTIONNAIRE DES PARTICIPANTS | II ₂ |
| QUESTIONNAIRE DES RESTAURANTS | II ₅ |
| QUESTIONNAIRE DES INTERVENANTS | II ₈ |

Les questionnaires et formulaires de consentement sont des originaux, dans ce sens qu'ils sont présentés dans la langue avec laquelle ils ont été administrés.

Le questionnaire des décideurs n'a pas été annexé, vu qu'il rassemble les diverses questions posées aux participants et au personnel des restaurants.

WORKSHOP'S PARTICIPANTS QUESTIONNAIRE

The participants will be given 30 minutes to fill out the questionnaire on their own. Then the answers will be presented anonymously to the group which will be invited to complete them.

Location:

Name:

A. I would like to have your perceptions on the activity format and how to improve it :

1. Did you like this food preparation activity?



1(not at all)



2



3



4



5 (very much)

2. What did work particularly well during that activity?

3. What did you appreciate the most in that activity?

4. What did not work as well during that activity?

5. What did you find hard or difficult in that activity?

6. How would you overcome those difficulties?

7. What would you do to improve that activity in the future?

B. I would like to have your perceptions on the chefs participation and how to improve it :

8. Did you like the chefs' participation?



1(not at all)



2



3



4



5 (very much)

9. What was particularly interesting in their participation?

10. What did you find hard or difficult in what they told you or showed you?

11. How could they improve their participation?

12. Did you participate to a food preparation workshop before?

13. How different were our activities?

C. I would like to have your perceptions on the recipe booklet and how to improve it:

14. Did you like working with the recipe booklet?



1(not at all)

2

3

4

5 (very much)

15. What do you think are the advantages of using that recipe booklet?

16. What difficulties you are going to have with this recipe booklet at home?

17. What would you do to improve it?

18. Did you use before a recipe book? If so, in what way this booklet is different?

19. Cooking with the chefs is one thing, using this recipe booklet is another. Do you think you are going to use it on your own to prepare meals at home? Please, give us feedback as the final version is going to be made after the trip



1(never)

2

3

4

5 (most certainly)

D. Now, let's talk about things that could have increased your interest to better prepare market food :

20. How much do you like to know about preparing market food in a healthier way?



1(not at all)

2

3

4

5 (very much)

21. Why are you interested in preparing market foods in a healthier way?

22. What are the reasons of your presence at the food preparation activities?

23. Which, if any, of the following factors motivated you to participate to those workshops?

| | | |
|---|-----|----|
| 1) My own cooking pleasure | yes | no |
| 2) The pleasure of sharing the recipes at home | yes | no |
| 3) The quality food tasting | yes | no |
| 4) To see how the chefs cook with market foods | yes | no |
| 5) To learn and increase my skills for cooking well | yes | no |
| 6) To cook in group | yes | no |
| 7) My well-being | yes | no |
| 8) The well-being of my family | yes | no |
| 9) The well-being of my community as a whole | yes | no |

E. I would like to have your perceptions on other community activities :

24. If decision makers plan future activities, do you think that will help you to prepare market foods in a healthier way? How so? Can you explain further?



1(not at all)

2

3

4

5 (very much)

25. You know may be that the grocery owner wants to improve his food supply. What kinds of food do you think is needed to help you to prepare better market food?

26. We also implemented cooking demonstrations for the restaurants staff. Do you think that could influence other people in the community preparing healthy food?

27. Do you think that community feasts could stimulate people interest to prepare market food in a healthier way? How so?



1(not at all)



2



3



4



5 (very much)

28. If food preparation activities would occur more often, will you consider participating? How so?



1(not at all)



2



3



4



5 (very much)

F. We know that excessive fat from market food is contributing to the dramatic rise in body weight of Cree women since the 80s and 90s.

29. So what do you believe can be done in the coming years to lower that fat consumption?

30. What can be done to encourage people to better prepare market foods?

31. If you had to measure the success of those activities, how would you do it?

RESTAURANTS QUESTIONNAIRE

Location:

Name:

A. I would like to have your perceptions on the cooking activity format and how to improve it :

1. Did you like those food preparations activities?



1(not at all)



2



3



4



5 (very much)

2. What worked particularly well during those activities?

3. What did you appreciate the most in those food preparations activities?

4. What did not work as well during those activities?

5. What did you find hard or difficult in those food preparations activities?

6. How would you overcome those difficulties?

7. What would you do to improve that activity in the future?

B. I would like to have your perceptions on the chef participation and how to improve it :

8. Did you like the chefs' participation?



1(not at all)



2



3



4



5 (very much)

9. What was particularly interesting in their participation?

10. What did you find hard or difficult in what they told you or showed you?

11. How could they improve their participation?

12. Did you participate to a food preparation formation before?

13. How different were our activities?

C. I would like to have your perceptions on the recipe booklet and how to improve it :

14. Did you like working with the recipe booklet?






 1(not at all) 2 3 4 5 (very much)

15. What do you think are the advantages of using that recipe booklet?

16. What would you do to improve it?

17. Did you use before a recipe book? If so, in what way this booklet is different?

18. Cooking with the chef is one thing, using this recipe booklet is another. Do you think you are going to use it on your own to prepare meals at the restaurant?







 1(never) 2 3 4 5 (most certainly)

19. What difficulties you are going to have with this recipe booklet at the restaurant?

20. Do you think you are going to use it to prepare meals at home?







 1(never) 2 3 4 5 (most certainly)

21. What difficulties you are going to have with this recipe booklet at home? Please, give us feedback as the final version is going to be made after the trip

D. Now, let's talk about things that could increase your interest to better prepare market food :

22. How much did you like to know about preparing market food in a healthier way?



 1(not at all) 2 3 4 5 (very much)

23. Why are you interested in preparing market foods in a healthier way?

24. What are the reasons of your participation to those demonstrations?

25. Which, if any, of the following factors motivated you to participate?

- | | | |
|--|-----|----|
| 1) Your own cooking pleasure | yes | no |
| 2) The pleasure of sharing the recipes at home | yes | no |
| 3) The quality food tasting | yes | no |
| 4) To see how the chef cooks market foods | yes | no |
| 5) To increase skills in preparing well market foods | yes | no |
| 6) Your own well-being | yes | no |
| 7) The well-being of your family | yes | no |
| 8) To meet patrons' concerns about health and well-being | yes | no |
| 9) The well-being of your community as a whole | yes | no |

E. I would like to have your perceptions on other community activities :

26. Do you think our activities in your restaurant could motivate people to prepare market food in a healthier way?

27. We also implemented food preparation workshops with community members. Do you think those activities could stimulate people interest for cooking?

28. Would you like to change the menu including some of the recipes you made with the chef?

29. Do you think that community feasts could stimulate people interest to prepare market food in a healthier way? How so? Can you explain further?



1(not at all)



2



3



4



5 (very much)

30. If cooking demonstrations would occur more often, will you consider participating?



1(not at all)



2



3



4



5 (very much)

31. If decision makers plan future food preparation activities, do you think that will help you to prepare market foods in a healthier way? How so?



1(never)



2



3



4



5 (most certainly)

F. We know that excessive fat from market food is contributing to the dramatic rise in body weight of Cree women since the 80s and 90s.

32. So what do you believe can be done in the coming years to lower that fat consumption?

33. What can be done to encourage people to better prepare market foods?

34. If you had to measure the success of those food preparation activities, how would you do it?

QUESTIONNAIRE DES INTERVENANTS

Nom:

A. J'aimerais avoir tes impressions sur le format des activités et comment l'améliorer :

1. Penses-tu que les participants apprécient ce type d'activité? *Entoure ta réponse avec un (E) pour Eastmain et/ou un (M) pour Mistissini et développe si possible.*

- Au restaurant:



1 (pas du tout) 2

3 (ne sais pas)

4

5 (beaucoup)

- Durant les ateliers de cuisine:



1 (pas du tout) 2

3 (ne sais pas)

4

5 (beaucoup)

2. Selon toi, qu'est-ce qu'un chef peut trouver de positif dans ce type d'activité?

3. Selon toi, qu'est-ce que les participants apprécient le plus dans ce type d'activité?

- Au restaurant (E):

- Au restaurant (M):

- Durant les ateliers de cuisine à l'école (E):

- Durant les ateliers de cuisine à l'école (M):

4. Selon toi, qu'est-ce qu'un chef peut trouver de difficile dans ce type d'activité?

5. Selon toi, qu'est-ce qui est difficile pour les participants dans ce type d'activité?

- Au restaurant (E):

- Au restaurant (M):

- Durant les ateliers de cuisine à l'école (E):

- Durant les ateliers de cuisine à l'école (M):

6. Que ferais-tu pour contrecarrer ces difficultés?

- Au restaurant (E):

- Au restaurant (M):

- Durant les ateliers de cuisine à l'école (E):

- Durant les ateliers de cuisine à l'école (M):

7. Selon ce que tu sais des communautés en terme de faisabilité, que ferais-tu pour améliorer le format des activités?

8. Selon ce que tu sais des stratégies possibles pour encourager les gens à améliorer leur alimentation, en quoi ce type d'activité est-il original?

B. J'aimerais avoir tes impressions sur la participation des chefs auprès de la communautés et comment l'améliorer:

9. Penses-tu que les gens des communautés apprécient votre participation? *Entoure ta réponse avec un (E) pour Eastmain et/ou un (M) pour Mistissini et développe si possible.*

- Les restaurateurs:



1 (pas du tout) 2



3 (ne sais pas)



4



5 (beaucoup)

- Les femmes des ateliers:



1 (pas du tout) 2



3 (ne sais pas)



4



5 (beaucoup)

- Les décideurs:



1 (pas du tout) 2



3 (ne sais pas)



4



5 (beaucoup)

- Autres:



1 (pas du tout) 2



3 (ne sais pas)



4



5 (beaucoup)

10. Selon toi, qu'est-ce que votre participation a de stimulant pour les participants?

- Au restaurant:

- Durant les ateliers de cuisine à l'école:

11. Selon toi, qu'est ce que votre participation a de difficile pour les participants?

- Au restaurant:

- Durant les ateliers de cuisine à l'école:

12. Selon toi, comment pourrait-on éviter ces difficultés pour améliorer votre participation?

- Au restaurant:

- Durant les ateliers de cuisine à l'école:

13. Selon les échos sur la visite d'autres chefs dans les communautés, en quoi votre approche est différente des formations précédentes?

C. J'aimerais avoir tes impressions sur le manuel des recettes santé et comment l'améliorer:

14. Si tu as eu l'opportunité de l'utiliser, penses-tu que les participants apprécient cuisiner à l'aide du manuel?

Entoure ta réponse avec un (E) pour Eastmain et/ou un (M) pour Mistissini et développe si possible.

- Au restaurant:



1(pas du tout) 2



3 (ne sais pas)



4



5 (beaucoup)

- Durant les ateliers de cuisine à l'école:



1(pas du tout) 2



3 (ne sais pas)



4



5 (beaucoup)

15. Selon ce que tu as vu, quels sont les critères qui pourraient pousser les participants à utiliser ce manuel?
16. Selon ce que tu as vu, quelles sont les barrières qui pourraient empêcher les participants d'utiliser ce manuel?
17. Suite à ton dernier séjour dans les communautés, en quoi pourrais-tu améliorer le contenu et/ou l'apparence du manuel?
18. Selon ce que tu as vu ou entendu, en quoi ce manuel est-il différent des livres de recettes déjà utilisés?
19. Qu'ajouterais-tu à ce manuel pour optimiser les chances qu'il soit utilisé par les participants?

D. J'aimerais avoir tes impressions sur les facteurs qui pourraient stimuler l'intérêt des gens à améliorer la façon dont ils utilisent les produits du supermarché:

20. Selon toi, jusqu'à quel point les gens des communautés sont-ils intéressés à cuisiner les aliments du supermarché de manière plus adéquate? *Entoure ta réponse avec un (E) pour Eastmain et/ou un (M) pour Mistissini et développe si possible. Peux-tu approfondir ton sentiment?*



1 (pas du tout) 2



3 (ne sais pas)



4



5 (beaucoup)

21. Selon toi, qu'est-ce qui peut motiver les volontaires à participer aux activités proposées?
 22. Parmi les facteurs suivants, quels sont d'après toi ceux qui sont déterminants dans la participation des gens?
- | | | |
|---|-----|-----|
| 1) Le plaisir de cuisiner | oui | non |
| 2) Le plaisir de partager en famille les recettes apprises | oui | non |
| 3) La dégustation de plats de qualité | oui | non |
| 4) Observer la façon dont les chefs utilisent les aliments du supermarché | oui | non |
| 5) Apprendre et accroître leurs habiletés culinaires | oui | non |
| 6) Cuisiner en groupe | oui | non |
| 7) Leur bien-être personnel | oui | non |
| 8) Le bien-être de leur famille | oui | non |
| 9) Le bien-être de la communauté dans son ensemble | oui | non |
| 10) Pour les restaurateurs, le bien-être des clients | oui | non |

E. J'aimerais avoir tes impressions sur les activités extérieures qui pourraient aider les gens à mieux s'alimenter:

23. Selon ce que tu connais des communautés en terme de faisabilité, les supermarchés possèdent-ils les ressources suffisantes pour stimuler l'intérêt des gens à s'alimenter de façon plus saine? Si non, quels sont les produits qui seraient nécessaires au renforcement du potentiel du projet?

- Eastmain:
- Mistissini:

24. Selon ce que tu sais de la motivation de certains établissements alimentaires à proposer des plats plus sains sur le menu, quels sont les facteurs qui peuvent freiner les changements escomptés?

25. Selon toi, dans quel sens la présence de mets santé sur le menu des restaurants des communautés pourrait-elle influencer l'intérêt des clients? Diminuer ou augmenter l'intérêt ?

26. Selon toi, les buffets préparés sont-ils un bon moyen de stimuler l'intérêt général de la communauté? *Entoure ta réponse avec un (e) pour enfants et/ou un (a) pour adultes et/ou un (v) pour aînés et développe si possible.*



1(pas du tout) 2



3 (ne sais pas)



4



5 (beaucoup)

27. Selon toi, quels sont les autres endroits stratégiques qui pourraient être ciblés par le programme pour sensibiliser le plus de personnes?

28. Serais-tu prêt à former certaines personnes des communautés qui pourraient à leur tour enseigner sur place la préparation des produits du supermarché? Qu'est-ce qui t'en empêcherait?



1(pas du tout) 2



3 (ne sais pas)



4



5 (beaucoup)

F. Nous savons qu'un excès de gras à l'origine d'une consommation inadéquate des aliments du supermarché est responsable d'une augmentation dramatique de la surcharge pondérale chez les femmes criees depuis les années 80 et 90.

29. Selon ce que tu connais des communautés, qu'est-ce qui pourrait être fait dans les années à venir pour diminuer cette consommation excessive en gras?

30. Selon ce que tu connais des communautés, qu'est-ce qui pourrait être fait pour encourager les gens à mieux choisir et utiliser les aliments du supermarché?

31. Si tu étais comme moi, un évaluateur, et que tu voulais prouver le succès du format des activités, qu'est-ce que tu mesurerais?

ANNEXE III

PROCESSUS D'APPLICATION DE LA THÉORISATION ANCRÉE

| | |
|--|-------------------|
| THÉMATISATION DU CORPUS DES PARTICIPANTS | III ₂ |
| THÉMATISATION DU CORPUS DES RESTAURANTS | III ₇ |
| THÉMATISATION DU CORPUS DES DÉCIDEURS | III ₁₂ |
| THÉMATISATION DU CORPUS DES INTERVENANTS | III ₁₅ |
| PLAN DE CONCEPTUALISATION DU PHÉNOMÈNE À L'ÉTUDE | III ₂₀ |

THÉMATISATION DU CORPUS DES PARTICIPANTS

III

LE FORMAT DES ACTIVITÉS

| EASTMAN | MISTISSINI |
|---|--|
| <i>What did you appreciate during those activities?</i> | |
| <p>Everything.</p> <p>Overall the activities were well done.</p> <p>To have the chance to help out in cutting fruits and vegetables. [contribution]</p> <p>To get the chance to help out on cooking a healthy meal. [contribution]</p> <p>People participation. [participation]</p> <p>Participating in the cooking. - [participation]</p> <p>Preparing the food. [pratique]</p> <p>To make a cake without the oil and cut fancy fruits. [bienfaisance - créativité]</p> <p>To learn how to make a low fat cake. [enseignement - bienfaisance]</p> <p>To learn how to cut fruits and vegetables. [enseignement]</p> <p>The food. [dégustation]</p> <p>I didn't know how to prepare healthy food before coming. [efficacité personnelle]</p> | <p>To participate in cutting vegetables. This morning when we cut the vegetables this was a good thing because we participated. [participation]</p> <p>Everything was impressive and was new for me because I am not really a cook. [nouveau - flexibilité de l'enseignement]</p> <p>The fact that any work was different. Each group cooked something different: chicken, fish, [diversité]</p> <p>I guess it can be easier to understand when we are several. [compréhension - groupe]</p> <p>To learn cooking. [enseignement]</p> <p>Tasting, smelling and touching the food... watching and cooking. [dégustation - observation - pratique]</p> <p>To watch the cooking. [observation]</p> <p>You can still cook dessert and still enjoy the taste even if there is less fat, less oil. [bienfaisance]</p> <p>Eating the food! [dégustation]</p> |
| <i>What did not work during those activities?</i> | |
| <p>I can't think of anything that didn't work.</p> <p>Cutting fruits and vegetables and peeling in a fancy way. [manement]</p> <p>The way to hold your knife. [manement]</p> <p>It was hard for me to join the activity right at the beginning because I was working. [flexibilité des horaires]</p> <p>I did not get to taste the food that was prepared because I had to go before the end. [flexibilité des horaires]</p> <p>Not that many parents participated. [public]</p> <p>To get the foods to use to the place and to order it because the food was not here. [disponibilité alimentaire]</p> | <p>Nothing.</p> <p>When I called the Band Office they told me that would be a course. I thought we would be involved in the preparation theoretically. Well, I thought... wait... I thought.. Basically it is like « sit there and watch » it is not hard. All we did is just watch. Basically, we cannot answer the question. We would be helping out more. I would have participated more you know. [participation - participation]</p> <p>You cannot decide which people to invite. Actually everybody was not invited because that was especially restricted to young single mothers. I would have enjoyed inviting my husband. Husbands can cook too. They would enjoy that! [public]</p> |

THÉMATISATION DU CORPUS DES PARTICIPANTS

LA PARTICIPATION DES INTERVENANTS

What was interesting in their participation?

They did a good job. [compétence]
 The way they prepared the food. The way they cooked. [observation - nouveauté]
 First time they showed us their own way to cook beaver. [démonstration - créativité]
 They were fun and they showed us what to do. [complicité - démonstration - assistance]
 The way they showed and explained us how to prepare the food and how long to cook it. [démonstration - assistance]
 Showing us what to put and how much to put in the food. [démonstration - assistance]
 Showing the participants and letting them help out. [démonstration - contribution]
 By letting us cut fruits or vegetables and prepare the desert with them. [pratique]
 They made us do some of the cooking. [participation]
 The cooks teaching us how to make things healthier. [enseignement - bienfaisance]
 Second time I learned how to make a lasagna sauce. [enseignement]
 Teaching us how to cook. [enseignement]
 I have a great interest in learning and watching chefs do their cooking. [enseignement - observation]

What did people find difficult in what the chefs told them or showed them?

Had hard time to understand when he did not speak English. [compréhension insuffisante]
 Sometime I could not understand the cook because he was speaking in French. [compréhension insuffisante]
 It's hard for the others because they don't understand French. [compréhension insuffisante]
 That I did not write down their recipes. [assistance]

How could they improve their participation?

Maybe learn more English because a lot of people here do not understand French. Or maybe people could learn more French. [compréhension]
 If they could try to speak more in English. [compréhension]
 More educate the women on nutrition like buying more low fat products and lean meat. [spécification]
 To show the group in preparing for smaller meal. [spécification]

Everything.
 They definitely know what to do with that kind of products. [compétence]
 When the "chefs santé" came to each group to read with us all instructions making sure that everything was well. [assistance]
 The nutritionist told us about different fats and good products because I did not really know which food was good or bad for my body. [personnes ressources]
 Informing us about the use of the olive oil instead of butter because I did not really know what kind of fat was the best to cook with. [ressources - flexibilité de l'enseignement - bienfaisance]
 They told us about the ingredients and how to look at ingredients when you go shopping. That was nice especially the day when he told us what good products to shop. [ressource]
 They showed us how to make fancy food with vegetables and little flowers. [démonstration - créativité]
 They showed us how to right stir to avoid lumps. [démonstration]
 The "chefs santé" showing us how to measure the ingredients with our hands. [démonstration]
 They showed us how to calculate calories and how to reduce fat. [démonstration - bienfaisance]

There was not enough time. [régularisation]
 We don't really understand in French. It's really hard to answer all the questions. [compréhension insuffisante]
 One of the "chefs santé" was sometimes frustrated when people did not understand. The other chef was o.k. He was not talking and very quiet. [compréhension insuffisante]
 It was difficult to understand. Everybody was talking at the same time. Some people said sometimes "where are we?" [compréhension insuffisante]
 Sometimes the chef was very helpful and sometimes he was very impatient. [flexibilité de l'enseignement]
 Sometimes he went too fast and we could not follow what he was telling us. [flexibilité de l'enseignement]
 Sometimes the "chef santé" was improvising the measurement and it was hard to know exactly how much! [spécification]

To have a translation in English because the communication is important for teaching. [compréhension]
 I wanted the chef to know people because he is really nice but I guess it is hard because he only speaks French. [complicité - compréhension]
 Explaining which kind of spices to use with different kinds of food. [spécification]
 To cook on your own because as there were a lot of participants it was difficult to try a task. [autonomie - flexibilité de l'enseignement]
 Have a time for each menu because he had to go in different groups at the same time. That was hard to follow him when he had to explain something to another group. [flexibilité de l'enseignement]

L'ÉLABORATION DU MANUEL DES RECETTES

| <i>What do you think are the advantages of using that recipe booklet?</i> | |
|--|--|
| <p>Giving out healthy recipes. [ressource - bienfaisance] Everything is written in order to put things correctly and to make it looks good for people. [illustration]</p> <p>It would be easier to help me preparing healthy meals. [assistance] To try to use a recipe book when I prepare a meal for my family. [assistance - famille]</p> <p>Less diabetes. To get the kids eat healthier. [bienfaisance - famille]</p> | <p>There will be more pictures I guess. I like pictures to do a recipe. I first look at the picture and if that looks good I would do it. [illustration]</p> <p>The book I have at home is almost a regular one. No healthy way of cooking! With a healthy one, I could try to make things healthier. [bienfaisance] It explains well how to substitute some products. [ressource]</p> <p>The format (2) is easier than the first one in November (draft). The way it is set is easy to read. [assistance] The new version (2) seems to be easier to read and to follow (compared with the draft). [assistance]</p> <p>Actually I always try to memorize recipes to make meals without book. [automatisme] We all knew the recipes because we all cooked them together and tasted everything then.</p> |
| <i>What do you think are the difficulties of using that recipe booklet?</i> | |
| <p>Never had the chance to use the book. [assistance]</p> <p>I don't know maybe getting the food because we don't have those kind of food here and it will be much more expensive if we buy it from here. [disponibilité alimentaire - accessibilité alimentaire] Sometimes I don't have all the ingredients I need. [disponibilité alimentaire]</p> <p>The only problem I am going to have is when the first time I use it at home, I would not know how much to put things on it and how to make it a fancy plate. [manque d'assistance]</p> | <p>The recipe book (1) was difficult to understand. I know that was not the last one but it was not an easy step-by-step. [manque d'assistance] The measurement was not perfect because it was not really specific sometimes. I understand that it was just a little version of the recipe book but the directories of the recipes were neither clear nor accurate (draft1). [manque d'assistance] Reading between the lines of the recipes because it is not easy to follow them the first time (draft1). [manque d'assistance] About the apricot cake there is a mistake in the name because the real one I guess is «fruit pudding». It is not a cake, it is a pudding and there are more fruits than just apricot. Other thinks like that, you know if you falsely call something, people won't eat what they don't know. [sophistication]</p> |
| <i>What would you do to improve it?</i> | |
| <p>Nothing.</p> <p>By adding more traditional food recipes. [tradition]</p> <p>To try to use the recipe book more often. I'll get to know everything if I use all the time. [assistance - automatisme]</p> | <p>Describe the background of the chefs, why they are doing this way. [anticipation] The real name of the meal. Avoid fancy name because people want to know exactly what is in that meal. [sophistication] Not too much fancy because that could cause people the impression that it too complicated to do. Personally I want to make exactly what it looks like. [sophistication - illustration] A nice picture of the meal to make people envious. [illustration]</p> |

LA PARTICIPATION DE LA COMMUNAUTÉ

Why people are interested to participate in preparing market foods in a healthier way?

| | |
|---|--|
| <p>I want to improve my eating habits into a healthier way. [autonomie - bienfaisance]</p> <p>The presently way of cooking is more fattening than the traditional food. [bienfaisance - tradition]</p> <p>Being healthy because of the food they cook. [bienfaisance]</p> <p>To make my body healthier. [bienfaisance]</p> <p>To always eat healthy food with my family. [famille]</p> <p>For my family and friends. [famille]</p> <p>To learn how to cook/eat a healthier way. [enseignement - bienfaisance]</p> <p>To learn about preparing healthy meals. [enseignement - bienfaisance]</p> <p>To learn how to prepare food and to make healthy meals. [enseignement - bienfaisance]</p> <p>To learn more about cooking and preparing a healthy meal. [enseignement - bienfaisance]</p> <p>It is hard to tell people how when you actually don't know. I could use those informations to teach clients how to prepare foods in a healthier way. [transmission]</p> | <p>We have to make sure that we use healthy meals and quick! [impatience]</p> <p>I can eat more healthy food instead of eating traditional food. [tradition]</p> <p>You know people increasingly use that kind of pills (she was talking about fat burners) in the community and actually this is becoming a real problem. People are losing weight but some are taking pills to lose weight. [consentissement]</p> <p>It is part of our program of health promotion. And that was especially for young single mothers. [consentissement]</p> <p>We have to find a natural way of being healthy. The food is an important point because you definitely can expect that people will be better if they prepare their meals in a healthier way. [bienfaisance]</p> <p>I am still young and I want to be healthier when I will be old. I don't want to be diabetic. [bienfaisance]</p> <p>I have to witness myself. [bienfaisance]</p> <p>I have to be careful of my health. [bienfaisance]</p> <p>I have a daughter at my home. [famille]</p> <p>There are diabetics in my family, cancer harm and Alzheimer. [famille]</p> <p>Because I have a sixteen-month baby and my mother is diabetic. [famille]</p> <p>My two sisters were diabetic when they were pregnant but not anymore. [famille]</p> <p>To teach my mum how to cook better because I don't really like cooking. That is my mother who cooks at home. [transmission - famille]</p> <p>I work in public health and it is my job to inform people how to use food in a healthier way. [transmission]</p> <p>To learn more about what is good for you. What are the best things to cook? [enseignement]</p> <p>I would absolutely participate again because I want to learn more about healthy food. [enseignement]</p> <p>You don't always have time to open a recipe book. I want to be able to have variety and memorize how to cook a lot of meals. Not just 1 or 2! That's why I would go. [diversité - automatisme]</p> |
|---|--|

LES POSSIBILITÉS ORGANISATIONNELLES

What can be done to increase people interest in preparing market foods in a healthier way?

| | |
|---|---|
| <p>To keep having these kinds of <u>activities</u> in the community so we could learn and improve ourselves. [régularisation]</p> <p>If activities would occur more often that could help the community a lot and also families, we could learn a lot from these activities. It could help people to have refresher courses to keep thinking of what you learned and help to keep up with the activities. [régularisation]</p> <p>To have <u>workshop</u> for people on <u>how to prepare a healthy meal</u>. [régularisation]</p> <p>If the group that comes to our community stayed one week or more to do workshops with people who are interested to learn about how to prepare healthy food, I would participate again in anyway. [régularisation - public]</p> <p>If workshop were planned more often it would be easier to help chefs in preparing healthy meals. [régularisation - contribution]</p> <p>To go and participate more often in these activities. [régularisation]</p> <p>To come and participate. [participation]</p> <p>To practice what I have learnt. [pratique]</p> <p>To practice more on cooking healthy meals for my family. [régularisation - famille]</p> <p>To practice more. [régularisation]</p> <p>To keep practising. [régularisation]</p> <p>Just showing people how to cook and prepare meals. [démonstration]</p> <p>Get people more involved to get more people to participate. But how can we do that? [consentissement - public]</p> <p>To teach how to replace <u>traditional food</u> with <u>store brought</u>. [tradition]</p> <p>To spare the time to make people available to participate. [flexibilité des horaires]</p> <p>More explaining to parents about these activities and maybe they could prepare at home. [anticipation]</p> <p>To know how to participate and practice. [anticipation]</p> | <p>I guess to have a course like what you did. [régularisation]</p> <p>Practicing again and again. [régularisation]</p> <p>Training. People I guess will appreciate after the activity to have a training here. [régularisation]</p> <p>To have a <u>longer activity</u> because two days is not enough. You learn something interesting but one time is not enough to memorize the preparation. We need time to understand. [régularisation - pratique]</p> <p>To come three times a year ... no, that's what you did! One a month because our community presents a lot of diabetes and obesity so we need to promote awareness for people to increase their interest. [régularisation - conscientisation]</p> <p>There is a deadline to reach. The more they will participate the more they will enjoy participating and will be interested to prepare healthy meals. When people usually go to an activity it is like a motivation growing on them. [régularisation - motivation]</p> <p>You can do it. [consentissement]</p> <p>They are really opened now because everybody knows that there is a problem with the food. They are ready to try something better for them. [consentissement]</p> <p>Everybody should be invited because not only young single women need more awareness. [public]</p> <p>We have to show people a <u>healthier way of cooking traditional food</u> that is why we do opened tee-pees and invite them to come, to see and to taste the food. [tradition - public]</p> <p>It is better for the Cree Health Board to <u>power awareness</u> about the big problem of Cree people and overweight children.</p> <p>To have a permanent nutritionist in the community. [personne ressource]</p> <p>Maybe understanding what kind of food to choose, what is really healthy? [spécification]</p> <p>To detail more about why we are cooking it this way and not another. [spécification]</p> <p>Explaining more each food used because people don't know what does nutritional information mean. [spécification]</p> <p>Be aware of what has fat when you come to do this workshop. [spécification]</p> <p>You know, maybe people will be more interested if they know what is going to happen and if they are aware about something they could learn. [anticipation]</p> <p>Have a «meals plan» written before the activity. [anticipation]</p> <p>Place <u>announcement</u> in a highly frequented store for people to see it. Then people would come to get information on what you are going to cook and could sign up to participate. [anticipation]</p> <p>We have to learn more how to help out. [anticipation]</p> |
|---|---|

LES OPPORTUNITÉS ENVIRONNEMENTALES

How the food preparation activities in the restaurants could influence customers to prepare market foods in a healthier way?

If customers were told that a chef from outside is in down doing the cooking at local restaurant maybe they would come out and taste the food. [anticipation – déagustation]
 If people could taste the food and would like it they may want to know how they did so the restaurant could give them the recipe. [déagustation - assistance]
 People could try restaurant's recipes at home by their own. [assistance - autonomie]
 By serving a healthy meal with the regular Menu. [disponibilité alimentaire]
 By serving at least one healthy meal a week. [disponibilité alimentaire]

Actually people I don't know if they realise the importance of eating healthy or really care about it. [inconscientisation]
 I liked when you cooked at the restaurant because after you left, people said that was very good and fries had some taste. [jugement]
 Probably good help for customers. [assistance]
 They should give out recipes of what they cook today and kinds of ingredient there are in. [assistance]
 I don't like the restaurants here because food is prepared with too much fat and there is not enough choice of meals. [disponibilité alimentaire]
 They should not have a fast food restaurant because it is the worth thing I guess. They have to change their menu. [disponibilité alimentaire]
 Add dishes that people would like. Something more appetizing on the menu. [sophistication]
 We cannot really say it is up to managed.

How the grocery stores could help you to prepare market foods in a healthier way?

To talk to the manager at the store to order more things. [disponibilité alimentaire]
 To have more fresh fruits and vegetables. And fresh meat. [disponibilité alimentaire]
 More fresh fruit and vegetables. I don't know. Some of things we need are not here; maybe she could try ordering those. [disponibilité alimentaire]
 They could order low fat products, lean meat and other low sugar products. [disponibilité alimentaire]
 There is a lack of spices. Fresh fruits and vegetables. Fresh chicken and meat. [disponibilité alimentaire]
 Show people which food has low fat. [signal]
 To show people which meals have less fat in market foods and which ones to buy that are leaner in fat. [signal]

I don't think there is a lack of food.
 I know that a lot of food I eat have fat in them but I would definitely like to know which foods are healthy for me and which do not. [ressource]
 Stores have to order fresh herbs. [disponibilité alimentaire]
 Sometimes I try to get something they did not have. [disponibilité alimentaire]
 I don't really want to shop here. I prefer going downtown in Chibougamau on the weekend (Metro). It is less expensive than Axep's market where fresh products are very expensive I guess. [jugement - accessibilité alimentaire]
 It is quite expensive to buy fresh herbs instead of dried. [accessibilité alimentaire]
 They should have a four-group paper to give to people to inform them. The shopping tips you made in November were very interesting. [personne ressource]
 Showing in the shop what we did. [démonstration]

How community feasts could stimulate people interest to prepare market food in a healthier way?

Showing how to prepare traditional food in a healthier way. [tradition]
 Community feast is traditional. [tradition]
 Because at feast they always cook traditional food and use hard the same way. [tradition]

People could be stimulated by new meals. But not the elders. [nouveau - tradition]

It is like traditional meals when you cooked with macaroni and potatoes salads! [tradition]

The only problem I see is that some families don't eat vegetables. [jugement]
 The only problem is people don't eat vegetables and they prefer to have traditional food for community feast. [jugement]
 And if they know there is change in their bannock they won't like it. [jugement]
 I liked when a lot of kids were eating at the buffet because not many kids eat a lot of healthy food... And they liked it. [jugement]

They liked the taste of the food you prepared. [jugement]

THÉMATISATION DU CORPUS DES RESTAURANTS

III7

LE FORMAT DES ACTIVITÉS

| | |
|---|---|
| EASTMAN | MISTISSINI |
| <i>What did you appreciate during those activities?</i> | |
| <p>Everything was <u>fine</u>. Everything was <u>appreciated</u>. The preparation of the lasagnes, the chicken, the salad and the heavenly pie. [pratique - diversité]</p> | <p>The food preparation was quite o.k. We are really opened to change with less fat and less sugar because that is really needed. [conscientisation - bienfaisance]</p> |
| <i>What did not work during those activities?</i> | |
| <p>There was <u>no place</u>, no space to work easily. [espace] There was <u>not enough space</u> in the kitchen (too small) to cook the cake. [espace] There was no room in the <u>freeze</u> to put the food that was prepared. [équipement] Nothing except that we haven't all ingredients. [disponibilité alimentaire] Sometimes we didn't understand what the "chef santé" was saying. [compréhension]</p> | <p>I did not find something hard. It is simple. My father was sick at the same time. It was difficult to appreciate at all. [flexibilité des horaires] It was o.k. to work here but sometimes there were <u>too many people</u> to concentrate appropriately. The kitchen was so full busy at the same time that we could not learn something <u>as well</u>. There were 8 persons in the kitchen. I felt sometimes that the chefs were in the way. [espace - flexibilité des horaires] It is <u>too hard</u> to work and try to follow what the chefs are showing us. [flexibilité des horaires] The chefs came around 10 a.m. so they wanted to do something <u>too fast</u>. They did a pizza fast maker. I <u>could not really learn</u> what the chefs were showing us because we were <u>working at the same time</u>. [flexibilité de l'enseignement - flexibilité des horaires] We have <u>not enough time</u> to learn and practice as well. [flexibilité de l'enseignement] Meals were <u>too fancy</u>, too much spices on them, <u>too complicated to do</u>. [sophistication] Meals were <u>too sophisticated</u> for customers also. [sophistication] People said sometimes «it's too healthy». Maybe customers would like something more appetizing or nutritious. [jugement - sophistication]</p> |
| <i>What would you do to improve those activities in the future?</i> | |
| <p>Get a new kitchen. [espace] Get a walk-in cooler as these in the Northern store. [équipement] A bigger kitchen with a storage room. [espace - équipement] Get a new hotel... just kidding! [humour]</p> | <p>Maybe with 2 or 3 days more there would be more things to do. [régularisation] Next time they come I would take a day off just for learning with the chefs. [flexibilité des horaires] We really want to help to change the <u>menu</u> but with <u>simple recipes</u>. More simple meals would be better instead of too sophisticated. [sophistication] Keep dishes on the <u>menu</u> and just change little things or add foods that are good and nutritious. You better provide us <u>skills to cook</u> rise, potatoes and to prepare sauces adapted with such kinds of meal. [flexibilité alimentaire] Add dishes that people <u>would like</u>. Something <u>more appetizing</u> on the menu. [disponibilité alimentaire - jugement]</p> |

LA PARTICIPATION DES INTERVENANTS

What was interesting in their participation?

| | |
|--|---|
| <p>The cake! [dégustation] <u>The way</u> the "chefs santé" worked for <u>preparing</u> the food. [créativité] The "chefs santé" were <u>teaching</u> us <u>recipes</u> and other things like <u>preparing</u> the food. [enseignement] The chef <u>showed</u> us how to <u>cut</u> and <u>handle</u> knife with vegetables. [démonstration - maniement] The chef santé let us <u>preparing</u> the meal. <u>Healthy</u> meal. [pratique - bienfaisance] The "chefs santé" <u>made</u> us doing the food preparation <u>ourselves</u>. [pratique] What was different from last cooking activities? The (last) chef (3) (who came in the restaurant) cooked differently than the "chefs santé". [nouveau] He (3) ordered tenderflakes to use it and he did most of the thinks the "chefs santé" don't want to use. [compétence] But he (3) was a good cook too and told us what to do and how to do. Not much different. The chef (3) was nice and let us preparing the food too.</p> | <p>The chef's hat! [identification] I was waiting for the kind of food he was going to put in the menu. [impatience] When he started to cook I <u>just</u> wanted to know how he was going to prepare the meals. [impatience] The food <u>preparation</u> for the dishes. [pratique]</p> |
| <p><i>What did people find hard or difficult in what the chefs told them or showed them?</i></p> <p>Nothing.</p> | <p>I did not find anything hard because what we did was <u>simple</u>. What was difficult was the choice for the food preparation. [illustration] It was difficult to <u>watch</u> him and working at the same time. [flexibilité]</p> |
| <p><i>How could they improve their participation?</i></p> <p>Come more often. [régularisation] <u>Stay longer</u> than one night. [régularisation] They could <u>speak</u> English. [compréhension] May be they could <u>practice</u> Cree! [compréhension - humour]</p> | <p>To concentrate on what he is doing. [attention] <u>Not to work</u> at the same time. [flexibilité] Next time I would <u>not</u> work in the fast food at the same time. [flexibilité]</p> |

L'ÉLABORATION DU MANUEL DES RECETTES

What do you think are the advantages of using that recipe booklet?

Advantages, yes... if I have time on the afternoon to use recipes for the evening. [flexibilité]
The items are useful (tips, health...) [assistance]
To cook better. [bienfaisance]
The chef (3) provided us one but did not really use light ingredients in the recipes. But this one is different because it is healthier than the other. [compétence]
The one we have is from the chef (3). We use it two a week but the problem is that we don't have all the ingredients that are needed. [disponibilité alimentaire]

To try a recipe that is on the book it is better if a chef guide us to prepare the food. [assistance]

We don't really use a recipe book for our menu. We cook what our parents used to cook. We use one mostly for desserts. [tradition]
Your recipe book seems to be healthier I guess. [bienfaisance – compétence]

What do you think are the difficulties of using that recipe booklet?

The only difficulties are that I don't have time to use it nor enough ingredients available. [flexibilité – disponibilité alimentaire]
Ingredients not available at all! [disponibilité alimentaire]
Most of the ingredients are not in the grocery store. [disponibilité alimentaire]
I don't have all things that I would need for the recipes. [disponibilité alimentaire]
I almost use traditional food at home. [tradition]
I have my own cookbook at home but if you give me one I would use it, yes. [efficacité personnelle]

If there is no picture of each dish I am not sure to be interested in using it. [illustration]
They might not have all ingredients on the grocery store. [disponibilité alimentaire]

What would you do to improve it?

I don't think we have all the ingredients here. We must order them for the restaurant. [disponibilité alimentaire]
May be you should propose more recipes inside the book. [diversité]
Give that recipe book to people and teach them what is in there. [assistance – enseignement – spécificité]

Picture showing the prepared recipe just to see if that seems to be good! [illustration]
Step by step easy to follow. [assistance]
No fancy names. It is important for people to see the real name of a dish. [sophistication]

| LA PARTICIPATION DE LA COMMUNAUTÉ | |
|---|--|
| <i>Why people are interested to prepare market foods in a healthier way?</i> | |
| <p>Because I work here. [enseignement] I want to learn more. [enseignement] My own interest because I am a cook. [identification] To be healthy I guess. [bienfaisance] Because people want healthier food. It is just the kids who want "poutine" all the time. [disponibilité alimentaire – jugement - bienfaisance] To learn about healthy eating I guess. [enseignement - bienfaisance] To learn more after. [régularisation]</p> | <p>I hope I will learn from the chefs. Actually I would like to have a chef that exactly knows what kind of food to use and how to prepare it. [enseignement] To have a healthier life, to live longer. [bienfaisance] To have more customers and healthier meals on the menu. [jugement - disponibilité alimentaire] To know how we could improve the menu. [disponibilité alimentaire]</p> |
| LES POSSIBILITÉS ORGANISATIONNELLES | |
| <i>What can be done to increase people interest for participating?</i> | |
| <p>People could be influenced more and more often. [conscientisation - médialisation - jugement]</p> | <p>We could change the way of serving by putting the plates on the front to see how can look the dishes. [restructuration] The problem with the Quick Stop is that there is not a lot of choice on the front. Maybe they don't want to cook several dishes at the same time. [disponibilité alimentaire] We could proceed as a cafeteria for the lunch like a buffet because people don't eat too much at lunch. [restructuration]</p> |

LES OPPORTUNITÉS ENVIRONNEMENTALES

How the food preparation activities in the restaurants could influence customers to prepare market foods in a healthier way?

Everybody could be interested by tasting healthier food. [dégustation]
I don't know.
Diet. Exercises. Food with no fat (laughing). [disponibilité alimentaire]
Don't propose "poutine" all the time (I am kidding!) [nouveau]

I don't know because most of the costumers work in the Band and don't have time to cook.
The evening people only cook with fast food to prepare.
Do not cook fries.
Cut down the portion size of meat.
Use a small plate.

How the grocery stores could help you to prepare market foods in a healthier way?

The food market could propose more low fat food. [disponibilité alimentaires]

How community feasts could stimulate people interest to prepare market food in a healthier way?

In the community feasts there is traditional food only. [tradition]
I would like to participate but I usually work when feasts are organized ... So I don't know!
Some people like those kinds of food but some don't.

I don't know. You can know observing if people eat or leave the food you made.

| LA PARTICIPATION DES INTERVENANTS | |
|---|---|
| EASTMAIN | MISTISSINI |
| <i>What was interesting in their participation?</i> | |
| <p>Learning from <u>resources</u> people such as nutritionists and chefs. [enseignement - personne ressource]</p> <p>By having <u>resource</u> professional we are ensure of giving <u>quality</u> information. [personne ressource - compétence]</p> <p>They have the <u>knowledge</u> of doing <u>healthier</u> recipes with the <u>market food</u>. [compétence - flexibilité alimentaire]</p> | <p>Preparation is completely <u>new</u> to any way of preparing food. [nouveau]</p> |
| <i>What did people find hard or difficult in what the chefs told them or showed them?</i> | |
| <p>I did not find it difficult when I was with them. But for other participants? [importance de connaître le jugement des participants]</p> <p>The visits are <u>too short</u> to really have a <u>training</u> going. [régularisation]</p> <p>They are very busy. [flexibilité de l'enseignement]</p> <p>Difficulty communicating in English. [compréhension]</p> <p>I feel that sometimes they are using food that is <u>not</u> available locally. [disponibilité alimentaire]</p> | <p>The Cree <u>does not</u> know some of the <u>ingredients</u>. [nouveau]</p> |
| <i>How could they improve their participation?</i> | |
| <p>Need to pass <u>longer time</u>. [régularisation]</p> | <p>Maybe a session on the different <u>ingredients</u> involved in the preparation of food. [spécification]</p> |
| L'ÉLABORATION DU MANUEL DES RECETTES | |
| <i>What do you think are the advantages of using that recipe booklet?</i> | |
| <p>Use it in many ways: parenting workshops and cooking classes. [assistance]</p> <p>We used healthy recipes, but sometimes the claim of a healthy recipe is not always true. [compétence]</p> | |
| <i>What do you think are the difficulties of using that recipe booklet?</i> | |
| <p>Some have <u>difficulties</u> reading English. [compréhension]</p> <p>Cannot <u>find</u> ingredients <u>locally</u> for some recipes. [disponibilité alimentaire]</p> | |
| <i>What would you do to improve it?</i> | |
| <p>More <u>visual</u>. [illustration]</p> <p>Make sure that all ingredients are <u>available</u>. [disponibilité alimentaire]</p> | |

| LA PARTICIPATION DE LA COMMUNAUTÉ | |
|---|--|
| EASTMAIN | MISTISSINI |
| <i>Why people are interested to participate in preparing market foods in a healthier way?</i> | |
| <p>We have a <u>fast</u> increase of people with diabetes/high pressure, etc... [impatience]</p> <p>Learning more about nutritional values of food. [enseignement - personne ressource]</p> <p>We need to learn more about healthier ways to prepare food for the <u>family</u>. [enseignement - bienfaisance - famille]</p> <p>Learning new cooking skills. [enseignement - nouveauté]</p> <p>Learning how to prepare food on healthier manner. [enseignement - bienfaisance]</p> <p>Eating and <u>preparing</u> new recipes. [dégustation - pratique - nouveauté]</p> <p>Being able to <u>eat</u> food from the recipes. [efficacité personnelle]</p> | <p><u>Diabetes and obesity</u>. [bienfaisance]</p> <p>People are <u>more</u> conscious about their weight these days. [consentisation]</p> |

THÉMATISATION DU CORPUS DES DÉCIDEURS

III¹⁴

LES POSSIBILITÉS ORGANISATIONNELLES

What can be done to increase people interest in preparing market foods in a healthier way?

More planning is needed if we went to implement training. [anticipation]
If «training plan» was done we will be able to communicate it to the community members and the doctor who knows clients that will benefit from it. [anticipation]
Give information to local doctor about the director's this project is going. [public - médiation]
If people learn these new skills. [enseignement - nouveauté]
Do a list of food available. [ressource]

More awareness. [conscientisation]
More action. [régularisation]
More participation. [public]
The more consistent the activity the more participation you will have. [flexibilité de l'enseignement]
More education. [régularisation]
Maybe evening sessions and weekends. [flexibilité des horaires]
Continued/consistent. [régularisation - flexibilité de l'enseignement]
I had hope that the Daycare Centre and the Reception Centre would be more involved. [public]
Most participants are working and find it difficult to take time off work. [flexibilité des horaires]

LES OPPORTUNITÉS ENVIRONNEMENTALES

How the food preparation activities in the restaurants could influence customers to prepare market foods in a healthier way?

All the public places serving food give healthier choice to their customers. [disponibilité alimentaire]
If you advertise the healthy recipes by a visual sign. [illustration]
Try new menus/healthier nutrition. [nouveauté - bienfaisance]
Give them tools such as recipes for the family and healthy choices at public places. [ressource - disponibilité alimentaire]

The food served is perfectly fine for me personally but for persons who hardly eat in restaurants, maybe they would prefer more simple menus, simple meals but still healthy. [sophistication - bienfaisance]

How the grocery stores could help you to prepare market foods in a healthier way?

Without knowing how to prepare and cook the new food supply we will keep our known cooking habits. It was tried in the past by Northern and nobody knew what to do with the new supply! [enseignement - flexibilité]
Have visual sign at local store on quality food. [illustration]

How community feasts could stimulate people interest to prepare market food in a healthier way?

In community feasts elders prepare the food by following traditions. [tradition]
In special community events when the chefs cook we may be able to reach other clientele than participants in the workshops or those who come at the restaurant. [public]

The food preparation is different from the usual buffet/feast that the community is used to. [nouveauté]
More variety. [diversité]
Providing healthy buffet to the whole community. [bienfaisance - public]

| LE FORMAT DES ACTIVITÉS | |
|--|---|
| POUR UN CHEF | |
| Qu'est-ce qui semble être apprécié dans ce type d'activité? | |
| <p>Le dépassement personnel de transmettre ses connaissances culinaires à une catégorie particulière. Les Cris ont des bases de cuisine plutôt <u>traditionnelles</u> et cuisinent avec des produits plutôt limités. [transmission - flexibilité de l'enseignement] Notre intervention comme chef, nous permet de leur démontrer des techniques simples et efficaces, de leur présenter des produits nouveaux et de les amener à découvrir l'art, le plaisir et la jouissance de bien manger. [assistance - nouveauté - bienfaisance]</p> <p>Comme chef santé, notre intervention nous donne l'occasion d'ajouter une couleur originale et de prouver, hors de tout doute, qu'il est possible de manger avec goût et manger <u>santé</u> en même temps. [créativité - bienfaisance] Souvent les gens croient que manger santé c'est manger végétarien ou bien manger une cuisine sans goût. Notre expérience chez les Cris nous démontre bien le contraire! Ce peuple avec des traditions bien établies est ouvert à la nouveauté et nous offre la possibilité de créer et d'inventer des recettes intéressantes. [compétence - nouveauté - flexibilité alimentaire] Il y a aussi l'aspect humain de la question. Outre l'aspect professionnel, nous considérons agréable de côtoyer des gens qui vivent de façon différente, où la nature et l'esprit de famille sont présents. Leur sens de l'accueil et leur culture si différente, ne sont là que deux exemples de la richesse que nous y découvrons. [complicité - famille]</p> <p>Faire partager et transmettre ses connaissances. [transmission]</p> | |
| Qu'est-ce qui semble être difficile dans ce type d'activité? | |
| <p>D'abord la barrière linguistique. Il est évident que la langue m'apparaît comme une difficulté marquée. Je maîtrise jusqu'à un certain point la langue anglaise, mais il faut comprendre que parler anglais et enseigner en anglais sont des choses très différentes. Je pense que si la barrière de la langue n'existait pas, ils apprendraient encore plus. D'une part, ils poseraient plus de question et d'autre part, nous pourrions poser des questions et ainsi, vérifier si la matière enseignée a bien été cristallisée dans leur apprentissage. [compréhension] En second lieu, je considère que l'approvisionnement est un gros problème. Il est difficile de cuisiner santé dans leurs communautés étant donné la difficulté d'avoir certaines denrées. Ainsi donc, les fruits et légumes frais, les produits laitiers, les poissons et fruits de mer sont là quelques exemples de denrées difficilement recevables dans ces communautés. Je dois toutefois noter que dans la communauté de Mistissini, l'approvisionnement est plus facile. [disponibilité alimentaire] En troisième lieu, je pense que le temps est un autre très gros problème. Nos visites ont été trop courtes. Cela ne nous donne pas assez de temps pour élaborer, nous ne faisons que survoler. [régularisation] Il est clair que notre expérience et notre expertise culinaire nous permet de faire face à la musique, mais il faut considérer que leur vitesse d'apprentissage est plutôt lente. [flexibilité de l'enseignement] En quatrième lieu, le transport sur place! Ceci est un commentaire purement personnel. Ce temps devrait être investi à autre chose qu'au transport.</p> <p>Personnellement, c'est la différence dans les mentalités (les attitudes vis à vis de l'alimentation) et la différence d'équipement de cuisine et de produits disponibles dans ce genre de communauté. [équipement - disponibilité alimentaire]</p> <p>Manque de temps pour enseigner aux participants. [régularisation]</p> | <p>La découverte de nouveaux plats, des goûts différents et des techniques de travail qui leur facilitent la tâche. [nouveauté - diversité - assistance] L'originalité de la beauté des plats. [nouveauté - créativité] Les participants sont surpris de voir qu'il est possible de bien manger avec moins de gras! [compétence] L'aspect de décoration et de présentation les impressionne beaucoup. Ils le deviennent encore plus lorsqu'ils réalisent qu'ils peuvent eux aussi réaliser ces décors. [efficacité personnelle] C'est inhabituel. Faut comprendre que dans les villes tel que Montréal et Québec par exemple, les gens sont sollicités par des publicités constantes à manger santé, des interventions continues sont présentées, etc. Dans le contexte de communautés tel que Eastmain et Mistissini, cela est une nouveauté. Une nouveauté qui émane d'une réflexion de la part du peuple cri qui a pris conscience des problèmes et qui s'est dit : « il nous faut réagir rapidement considérant la santé de notre peuple ». Alors, d'emblée, ils n'ont pas les mêmes préoccupations. Pour eux, manger santé est une question de survie alors que pour nous, citoyens des grandes villes, manger santé c'est bon chic, bon genre! [nouveauté - bienfaisance]</p> <p>Le changement de produits, la découverte de nouveaux aliments et la connaissance de nouveaux types de cuisson. [nouveauté] La participation active des gens : voir, toucher, sentir et goûter. [pratique]</p> |
| POUR UN PARTICIPANT | |

Il y a la crainte de devoir changer certaines habitudes de travail selon des normes d'hygiène et de salubrité. **[appréhension]** La surcharge de travail. Il faut comprendre que pour eux, cuisiner des potiries et des hamburgers est moins exigeant que de préparer certains plats plus élaborés. **[sophistication]** À Mistissini, certains sont ouverts à tout et les changements proposés ne semblent pas leur apporter de difficulté. Pour d'autre tout est difficile! Aucune motivation, ni intérêt comme-ci le seul objectif était de faire de l'argent. Le temps est trop long pour leur capacité d'absorption. Si l'on dépasse plus de 2 heures, on les perd... **[flexibilité des horaires]**

Changement de style de cuisine, de produits et de cuisson. Ils ont une manière de cuisiner qui est définitivement différente de la nôtre. La bonne alimentation (saine) n'est pas une priorité dans l'échelle de leurs besoins de base. C'est difficile d'évaluer ce que pensent les gens, s'ils aiment et s'ils apprennent parce que les groupes de participants sont différents chaque jour. Les récidivistes sont rares, surtout à Mistissini. **[flexibilité de l'enseignement - nouveauté]**

LA PARTICIPATION DES INTERVENANTS

Qu'est-ce que votre participation a de stimulant pour les participants?

Il est évident que nous leur enseignons des choses simples mais pour eux, cela est très rassurant et motivant. [enseignement] Ils apprécient aussi notre intérêt personnel à vouloir leur montrer des choses, notre souci personnel de les aider. [compétence - complicité] Ils apprécient aussi le fait que nous soyons intéressés à cuisiner avec leurs enfants. D'abord parce que nous visons essentiellement l'aspect santé de nos interventions. Nous allons cuisiner avec eux par intérêts culinaire et professionnel uniquement. Notre motivation personnelle est de faire découvrir qu'il est possible de cuisiner santé et manger avec goût alors que d'autres chefs vont dans ces communautés que pour l'aspect pécuniaire. Hop et moi avons déjà des emplois qui nous rémunèrent, donc notre principale source de motivation n'est pas d'y aller pour des dollars mais bien par conviction. De plus, en tant que chefs santé, nous nous devons de promouvoir cet aspect de la cuisine et en ce sens, le projet avec les communautés crie nous donne l'opportunité de le faire. [compétence - bienfaisance]

La nouveauté. [nouveauté]

Mon approche apparaît, selon les échos des communautés, plus ouverte, à l'écoute des participants et plus de capacité à comprendre les besoins. [compétence - complicité]

Qu'est-ce que votre participation a de difficile pour les participants?

Déjà répondu plus haut.

Changement des mauvaises habitudes. [appréhension]

Comment votre participation pourrait-elle être améliorée?

Déjà répondu plus haut.

Prendre le temps et continuer à travailler fort. [flexibilité de l'enseignement - régularisation]

L'ÉLABORATION DU MANUEL DES RECETTES

Quels sont les aspects qui pourraient stimuler les participant à utiliser ce manuel?

Plus ils cuisinent avec nous, plus ils découvrent la pertinence de ces fiches recettes. Durant les ateliers de cuisine à l'école, il faudrait continuer à utiliser des fiches recette standardisées tel que nous le faisons actuellement. Car je crois que nous développons l'habitude et nous les amenons à découvrir une nouvelle façon de faire qui leur facilite les choses. [régularisation]
La langue dans laquelle il est écrit, le format : aspect pratique, qualité du papier et bien sur les photographies. Il est adapté à leurs besoins spécifiques de trouver des recettes simples, avec goût et réduites en gras. [compréhension - assistance - illustration]

Sert de base pour faire la cuisine en débutant. [assistance]
Répétition de son utilisation. [régularisation]
Patience. [flexibilité de l'enseignement]
Temps. [flexibilité des horaires]

Quelles sont les barrières qui pourraient empêcher les participants d'utiliser ce manuel?

Je n'en vois vraiment. Les participants aux ateliers de cuisine éprouvent certaines difficultés avec les fiches recettes standardisées. [sophistication]

Le manque de produits. [disponibilité alimentaire]

Comment le manuel des recettes pourrait-il être amélioré?

En le bonifiant de recettes simples à partir des produits de leur terroir. Je pense ici à la venaison, aux petits fruits, etc. [flexibilité alimentaire]
Son utilisation pourrait être optimisée en prenant des recettes déjà existantes de leur culture et en les modifiant pour les rendre saines. C'est-à-dire diminuer les gras, ajouter des légumes et/ou fruits et/ou produits laitiers, etc. dépendant des recettes. Expliquer les changements fait à la recette et le pourquoi de ces changements. Démontrer l'aspect positif de cuisiner la version révisée plutôt que la recette traditionnelle. [tradition - flexibilité alimentaire - ressource]

Pas d'amélioration du manuel mais une augmentation des produits disponibles à l'épicerie. [disponibilité alimentaire]

LES POSSIBILITÉS ORGANISATIONNELLES

Comment stimuler l'intérêt des gens à participer aux activités en vue d'améliorer leur alimentation ?

Travailler avec les enfants, car si nous leur donnons des bonnes habitudes alimentaires dès leur jeune âge, nous risquons qu'ils les conservent plus tard. Je trouve utopique de croire possible de changer de vieilles habitudes chez les personnes adultes. Certaines personnes changeront par obligation, mais je crois que le pourcentage sera plutôt faible. [public] Pour s'assurer de faire un travail vraiment professionnel, nous devrions penser à des interventions plus longues. [régularisation] Pour le restaurant X de Mistissini, je ne crois pas qu'il y ait matière à contrecarrer des difficultés puisque je n'en ai pas identifiées. Pour le restaurant Y, je ne crois pas avoir les compétences, ni les ressources pour trouver des solutions. Je pense que d'autres personnes ressources plus expérimentées que moi feraient un travail plus professionnel. N'ayant pas vu de motivation de la part de cet établissement, je dois dire que je n'en avais pas moi-même à vouloir investir énergie et temps pour développer. Je pense que des interventions ciblées auprès des intervenants réguliers des communautés, tel que les médecins, infirmières, nutritionnistes, etc., en leur présentant ce que nous faisons, pourraient faire d'eux des partenaires intéressants pour susciter l'intérêt. [personnes ressources] Par contre, je crois que l'utilisation du système anglais les aiderait davantage. Il convient de préparer des rencontres qui n'excèdent pas deux heures. Je partagerais les groupes en catégories : potages et soupes, viandes, poissons, desserts, etc. Au lieu de menus complets comme on le fait actuellement. Il faut comprendre que certaines personnes ont beaucoup d'intérêt pour les viandes et n'en ont aucun pour les desserts et l'inverse est aussi vrai. Ainsi donc, on pourrait élaborer des ateliers avec des thèmes différents et les gens s'inscriraient selon leurs goûts. [compréhension - flexibilité des horaires et de l'enseignement] Je crois que si les gens des communautés sont informés sur tous les problèmes de santé dus à la mauvaise alimentation (trop de gras, trop de sucre, etc.) ils découvriront l'importance de nos activités. Pour susciter l'intérêt, il doit y avoir tout d'abord une compréhension de la dynamique du problème et ses conséquences. [histoire du projet et de la maladie] Évidemment, il y a un aspect qui a été peu développé : la publicité. Je pense que les médias de la communauté devraient être mieux informés. Les médias des communautés seraient à mon avis un endroit stratégique à développer pour sensibiliser les gens. Des prospectus publicitaires devraient être expédiés quelques semaines avant notre arrivée pour que les gens puissent être renseignés sur ce qui va se passer. De cette façon, ils pourraient faire une démarche personnelle d'implication à s'inscrire à des activités. Je ne crois pas que la formule retenue, celle de l'implication bénévole, soit la clef du succès puisqu'elle n'implique pas l'intérêt personnel des gens. Les gens participent pour rendre service, pour collaborer alors que sous la formule de l'inscription, les gens participeraient par intérêt et par motivation personnelle. [médatisation - anticipation] Il faut trouver des formules adaptées qui sauront répondre aux intérêts. Supposons que l'on veuille faire manger plus de légumes aux enfants, il faudrait d'abord leur expliquer les bienfaits des légumes, je persiste à croire que la prévention et l'explication demeurent encore les principales sources de motivation à faire quelque chose. [ressource] Ensuite, leurs faire goûter et par surcroît, organiser des activités avec des récompenses à la fin du parcours. Par exemple, on pourrait organiser à la garderie un concours permettant aux enfants capables de manger des légumes d'accumuler chaque midi des points échangeables contre un prix de leur choix. Donc, l'enfant aurait la motivation d'accumuler des points pour pouvoir acheter le cadeau de son choix. On pourrait organiser différents concours de ce genre avec des catégories spécifiques de gens. [dégustation - récompense] Prendre le temps de parler avec eux et leur demander comment on pourrait les aider et faciliter leur travail. Valoriser leur travail en leur remettant un certificat méritas par exemple, pour mousser leur intérêt. Proposer à leur employeur un programme de récompense pour leur implication. Je crois que les employés ont l'intérêt d'apprendre mais n'ont pas l'intérêt de continuer après. [récompense]

Utiliser la patience, trouver les mots adéquats pour leur faire comprendre les changements escomptés qui sont nécessaires à leur mieux-être. Continuer d'abord avec l'humour sans se berner à une organisation stricte et trop contraignante. [flexibilité de l'enseignement - anticipation - humour - flexibilité]

Après avoir réussi à obtenir la confiance des participants, il faut maintenant passer à un autre stade plus poussé et sérieux. [complicité]

Amélioration de l'enseignement des participants par l'intermédiaire de stages en métropole. [formation]

La motivation est la participation active. Plus d'activités en forme d'ateliers et de jeux. [régularisation - récompense]

Poursuivre l'éducation et organiser des concours. Le concours est une sorte de défi et l'objectif à atteindre crée une motivation pour l'individu qui va le guider vers l'accomplissement de l'acte. [régularisation - récompense]

Durée de formation insuffisante : 3 jours, c'est trop court ! Les participants ont besoin de la répétition des exercices de cuisine. Il est important qu'ils puissent mémoriser les habiletés apprises. [régularisation]

Poursuivre l'éducation pour les adultes, une éducation CONTINUE. Par l'intermédiaire d'une éducation continue, on peut permettre aux communautés de créer leur propre cuisine régionale 'santé' avec des produits du terroir. [régularisation - flexibilité alimentaire]

LES OPPORTUNITÉS ENVIRONNEMENTALES

L'activité dans les restaurants peut-elle influencer les gens à manger sainement?

Premièrement, je crois que le prix versus la quantité a une influence auprès des jeunes. Ainsi donc, une pizza saine, plus grosse en quantité et moins dispendieuse aurait sûrement plus de popularité qu'une pizza régulière à un coût plus élevé. Augmenter les prix des plates non saines et vendre les plates saines à un coût moindre. [accessibilité alimentaire] Je crois que le fait d'avoir une section du menu qui s'afficherait comme « plats sains » aurait un impact qui augmenterait l'intérêt. Parce qu'il faut comprendre que les clients qui savent avoir un problème de santé tel que le cholestérol ou le diabète, par exemple, auraient de la motivation à fréquenter le restaurant parce qu'il serait assuré qu'il pourra retrouver des plats pour sa condition. Présenter des plats alternatifs dans les comptoirs de présentation. [disponibilité alimentaire - illustration] Deuxièmement, il n'y a pas d'incitatif à choisir un plat sain plutôt qu'un plat régulier. Si une promotion reliée à un concours était mise en place, la facilité de promouvoir serait plus facile. Par exemple « à l'achat de 10 pizzas saines, recevez la 11^{ème} gratuitement » Ce genre de promotion a un impact garanti. [récompense] Les faire goûter, les faire connaître. [dégustation]

À Eastmain, la présence de mets sains sur le menu peut beaucoup influencer l'intérêt des clients. Quant à Mistissini, l'influence serait moyenne. [disponibilité alimentaire]
Manque de publicités sur les produits sains (enseignements) [illustration]

Les supermarchés possèdent-ils les ressources suffisantes pour stimuler l'intérêt des gens à s'alimenter de façon plus saine?

À Eastmain, aucunement! Tout est à repenser et à refaire. Tant dans la présentation des denrées que dans la variété des choix. La formation du personnel de façon à ce que les gens qui œuvrent dans ces centres de distribution puissent répondre aux questions. Il faudrait voir la possibilité de faire livrer des denrées 2 fois par semaine de façon à ce qu'ils puissent recevoir plus de fruits et légumes frais, produits laitiers, etc. [enseignement - disponibilité alimentaire] À Mistissini Cette communauté a un grand pas d'avance sur d'autres. L'aménagement des tablettes indiquant des choix sains serait une formule à penser. Des dégustations planifiées par des nutritionnistes, des chefs et même par des fournisseurs pourraient être organisées de façon à faire découvrir les choix sains. Proposer des alternatives nouvelles dans le comptoir de mets préparés. Des plats moins gras, plus colorés, etc. Inviter des chefs à aller faire des semaines thématiques où les gens découvrirait des goûts et saveurs différentes. [illustration - dégustation - nouveauté - créativité] Un système d'identification des produits sains demeure ma seule conviction pour encourager les gens à mieux utiliser les aliments du supermarché. Les Cris ne prendront pas le temps de lire les étiquettes pour savoir si un produit est sain ou pas. Nous devons faire ce travail pour eux. Ensuite, miser sur la motivation à consommer des produits clairement identifiés comme produits sains. [illustration] Comme autre intervention profitable pour les communautés, je crois qu'il faut bannir et retirer complètement tous les produits identifiés comme non sains. Les Cris ont interdit la vente de boissons alcoolisées dans leur communauté parce qu'ils ont vu et compris les effets néfastes sur la qualité de vie. Quand ils auront compris les effets néfastes de certains produits, ils n'hésiteront pas à les retirer. Par exemple, on devrait retrouver que des margarines non hydrogénées sur les tablettes des supermarchés. [histoire de la maladie - accessibilité alimentaire]

Oui même si Eastmain n'est pas très riche en produits frais, il existe tout de même des produits congelés. Mais plus de fruits et de légumes congelés sont nécessaires pour augmenter l'intérêt des gens à cuisiner de manière plus correcte. [disponibilité alimentaire]

Comment les banquets communautaires pourraient-ils stimuler l'intérêt des invités à mieux utiliser les produits du marché?

Je pense qu'à la lumière de ce que nous avons vécu dans les communautés, il apparaît clair que ces gens aiment festoyer et fraterniser ensemble. De le faire autour d'une table pleine de plats bien présentés, pleins de saveurs les stimulent beaucoup. À voir les quantités qu'ils prennent dans leur assiette, leurs sourires, leurs yeux ébahis et les remerciements qu'ils nous ont adressés, je peux difficilement croire qu'ils n'ont pas d'intérêt! [créativité - diversité]

PLAN DE CONCEPTUALISATION DU PHÉNOMÈNE À L'ÉTUDE

Concept I : L'enseignement

LA COMMUNICATION RELATIONNELLE

Complicité

Flexibilité

LA COMMUNICATION ORALE

Personnes ressources

Compétence

Compréhension

LA COMMUNICATION VISUELLE

Démonstration

Observation

Assistance

Concept II : La participation

LA COMMUNICATION GESTUELLE

Pratique

Transmission

LE SENTIMENT D'IMPLICATION

Impatience

Conscientisation

Contribution

Jugement

Famille

Concept III : La motivation

LA RÉCOMPENSE CULINAIRE

Bienfaisance

Flexibilité alimentaire

Créativité

Diversité

Nouveauté

Dégustation

Efficacité personnelle

LE SUPPORT COLLECTIF

Groupe